



Süß-saure Hackfleischpfanne

mit Nektarine und Sushireis



20-30min



3-4 Personen

So lecker und elegant hast du „Schweinefleisch süß-sauer“ noch nicht genossen! Die tolle Variante, die sich unser Koch Matthias ausgedacht hat, erinnert nicht im Entferntesten an irgendwelche klebrig-zuckrigen Tomatensaucen. Er kombiniert stattdessen das saftige Hackfleisch aus Schwein und Rind mit frischem Stangensellerie und Koriander, Teriyakisauce und frischer Nektarine. Dazu gibt es feinen Sushireis. Ein Gedicht!

- 300g Sushireis
- 3 Stangensellerie ⁹
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Nektarinen
- 1 Packung gemischtes Hackfleisch (Rind & Schwein)
- 2 Packungen Teriyakisauc ^{1,6}
- 10g frischer Koriander

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne oder Wok
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Sojabohnen (6), Sellerie (9).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 734kcal, Fett 31.0g,
Kohlenhydrate 82.8g, Eiweiß 29.3g



4. Fleisch braten

2. Gemüse vorbereiten

5. Gemüse mitbraten

3. Nektarinen schneiden

6. Anrichten und servieren

Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Den **Reis** mit einer Gabel auflockern und auf Teller oder Schalen verteilen. Das **Hackfleisch** darauf anrichten und mit dem **Koriander** und den **restlichen Lauchzwiebeln** garniert servieren.