



Scharfes Schweinehack-Sandwich

mit Kohlrabi-Karotten-Salat und Sriracha-Mayo



ca. 30min



2 Portionen

Lust auf etwas Aufgefallenes? Na dann haben wir heute für den großen Hunger ein köstlich-deftiges Sandwich der Extraklasse für dich. Die Baguettebrötchen bestreichst du mit einer scharfen Sriracha-Mayo und belegst sie anschließend mit saftigem Schweinehack, feinem Kohlrabi und einem würzig-spritzigen Karottensalat. Bestimmt läuft dir schon das Wasser im Munde zusammen. Dann leg los!

Was du von uns bekommst

- 1 Kohlrabi
- 1 Karotte
- 10g Koriander & Minze
- 1 unbehandelte Limette
- 25ml Tamari-Sojasauce ⁴
- 20ml Fischsauce ²
- 2 Baguettebrötchen ³
- 250g Schweinehackfleisch
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Pck. Sriracha-Sauce

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Mayonnaise ¹
- 2TL brauner Zucker
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Knoblauchpresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (1), Fisch (2), Gluten (3), Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 868kcal, Fett 41.1g,
Kohlenhydrate 83.4g, Eiweiß 39.6g



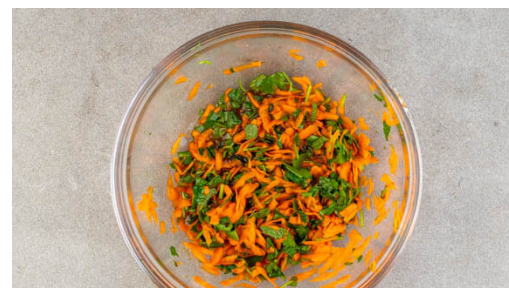
1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Kohlrabi** mit einem Messer schälen, dann grob raspeln, mit ½TL Salz würzen und in einem Sieb abtropfen lassen. Die **Karotte** ggf. schälen und grob raspeln. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Karotten** und die **Kräuter** vermengen.



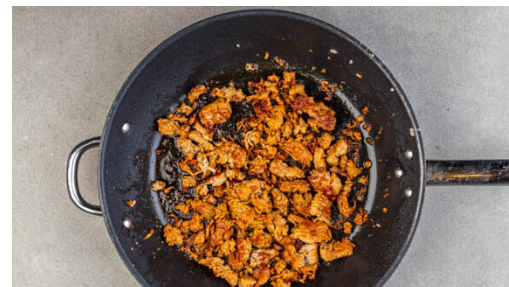
4. Salat fertigstellen

Möglichst viel überschüssiges Wasser aus dem **Kohlrabi** herausdrücken, dann mit den **Karotten** vermengen.



2. Dressing zubereiten

Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Die **½ der Limettenschale** und die **½ des -saftes** unter die **Karotten** mengen. Die **½ der Sojasauce**, die **½ der Fischsauce**, 2TL braunen Zucker und 1-2EL Wasser verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Ggf. mit mehr **Limette** nachwürzen und das **Dressing** unter die **Karotten** mischen.



5. Hackfleisch braten

Das **Hackfleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-5Min. krümelig anbraten. In der Zwischenzeit den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. In der letzten Minute den **Knoblauch** und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer unterrühren, dann mit der **restlichen Sojasauce** ablöschen und vom Herd nehmen.



3. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** im Ofen in 4-6Min. goldbraun aufbacken.



6. Sauce zubereiten

3EL Mayonnaise mit der **Sriracha-Sauce** und der **restlichen Fischsauce** verrühren. Die **Brötchen** aufschneiden und mit der **Sauce** bestreichen, dann mit dem **Hackfleisch** und etwas **Salat** belegen und mit dem **restlichen Salat** als Beilage servieren.