



Scharfes Schweinehack-Sandwich

mit Kohlrabi-Karotten-Salat und Sriracha-Mayo



ca. 40min



4 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

- 2 Kohlrabi
- 2 Karotten
- 20g Koriander & Minze
- 2 unbehandelte Limetten
- 50ml Tamari-Sojasauce ⁴
- 20ml Fischsauce ²
- 4 Baguettebrötchen ³
- 500g Schweinehackfleisch
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. Sriracha-Sauce

Was du zu Hause benötigst

- 6EL Mayonnaise ¹
- 4TL brauner Zucker
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Knoblauchpresse
- Sieb

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

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Fisch** (2), **Gluten** (3), **Sojabohnen** (4).

Nährwertangaben pro Portion

Energie 867kcal, Fett 41.1g,
Kohlenhydrate 83.3g, Eiweiß 39.5g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Kohlrabi** mit einem Messer schälen, dann grob raspeln, mit 1TL Salz würzen und in einem Sieb abtropfen lassen. Die **Karotten** ggf. schälen und grob raspeln. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und ebenfalls grob schneiden. Die **Karotten** und die **Kräuter** vermengen.



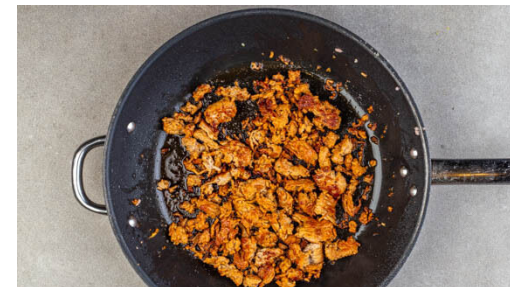
4. Salat fertigstellen

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



2. Dressing zubereiten

Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen. Die **½ der Limettenschale** und die **½ des Limettensaftes** unter die **Karotten** mengen. Die **Sojasauce**, die **Fischsauce**, 4TL braunen Zucker und 2-3EL 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 großen Pfanne mit 2EL 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 ½TL 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

6EL Mayonnaise mit der **Sriracha-Sauce** 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.