



## Hefebrötchen mit gemischtem Hack

dazu Salat mit Wasabi-Dressing



ca. 25min



2 Personen

Warm, weich, fluffig und himmlisch süßlich duftend. Das ist Bao, ein Hefebrötchen, dessen chinesische Wurzeln bis in das 3. Jahrhundert zurückreichen. Das kleine Brötchen wird zuerst gedämpft, dann füllen wir die halbmondförmige Öffnung mit Rinder- und Schweinehack, das in pikant-süßer Hoisinsauce und Tomaten schmoren durfte. Ein frischer Salat mit Gurken, Koriander und cremigem Wasabi-Dressing vollendet den Genuss.



- 1 Tomate
- 1 Packung gemischtes Hackfleisch (Rind & Schwein)
- 50ml Hoisinsauce <sup>1,6,11</sup>
- 10g Koriander
- 1 Päckchen Wasabipaste
- 1 Packung asiatische Hefebrotchen <sup>1</sup>
- 1 rote Zwiebel
- 1 Minigurke
- 50g gemischter Salat
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen <sup>5</sup>

- 1EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- großer Topf mit Dämpfeinsatz und Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Backpapier
- Messbecher

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

Gluten (1), Eier (3), Erdnüsse (5),  
Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann  
Spuren von anderen Allergenen  
enthalten.

Energie 874kcal, Fett 46.9g,  
Kohlenhydrate 76.1g, Eiweiß 34.6g



Einen großen Topf mit Wasser bis unter den Dampfkorb füllen und das Wasser zum Kochen bringen. **Tipp:** Statt dem Dampfkorb kann auch ein passendes Sieb verwendet werden. Die **Tomate** in ca. 1 cm große Würfel schneiden.



Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden, dann mit 1EL Essig, 1TL Zucker und 1/2TL Salz vermengen. Die **Gurke** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



Das **Hackfleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze in 4-6Min. goldbraun anbraten. Die **Tomaten**, die **Hoisinsauce** und 30ml Wasser hinzugeben und bei niedriger Hitze ca. 10Min. einköcheln lassen. Bei Bedarf etwas mehr Wasser hinzufügen.



Das **Hackfleisch** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Gurken** mit dem **Wasabi-Dressing** vermengen.



Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen, fein schneiden und mit der **Wasabipaste**, 1EL Essig und 1EL Mayonnaise zu einem **Dressing** verrühren.

**Tipp:** Die Stängel einfrieren und das nächste Chili damit verfeinern. Die **Hefebrötchen** in den mit Backpapier ausgelegten Dampfbehälter geben und ca. 7Min. abgedeckt dämpfen.



Den **gemischten Salat** mit den **Gurken** vermengen. Die **Hefebrötchen** und den **Salat** auf Teller verteilen. Die **Hefebrötchen** vorsichtig öffnen, nach Belieben mit dem **Hackfleisch**, den **Zwiebeln** und den **Erdnüssen** füllen und servieren.