



## Hackpfanne vom Schwein Thai-Style

mit Gemüse und Jasminreis



20-30min



3-4 Personen

Saftiges Schweinehack wird heute mit einer Vielzahl von Aromen bereichert: süße Kirschtomaten, salzige Fischsauce, würzige Miso-, scharfe Chili- und säuerliche Limette - da freut sich jede einzelne Geschmacksknospe! Der knackige Gemüsemix aus Lauch, Karotten, Weißkohl und Bohnensprossen verspricht besonders entspanntes Kochen, kommt er doch schon geschnitten bei dir an. Noch etwas Thai-Basilikum gefällig? Unbedingt!

## Was du von uns bekommst

- 300g Jasminreis
- 500g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 2 Päckchen Thai-Chilipaste 2,6
- 2 Packungen Schweinehackfleisch
- 2 unbeschädigte Limetten
- 40ml Fischsauce 4
- 2 Päckchen Misopaste 1,6
- 500g Kirschtomaten
- 20g Thai-Basilikum

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Wasserkocher
- Messbecher
- Zitruspresse
- Sieb

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

## Allergene

Gluten (1), Krebstiere (2), Fisch (4), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 829kcal, Fett 39.3g, Kohlenhydrate 86.3g, Eiweiß 32.5g



**1. Gemüse anbraten**

In einem Wasserkocher 650ml Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem feinmaschigen Sieb mit kaltem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Den **Gemüsemix** in einem großen Topf mit 2EL Pflanzenöl und 1/2TL Salz bei starker Hitze ca. 2Min. anbraten.



**4. Würzsauce vorbereiten**

Die **Limetten** halbieren und auspressen. Den **Limettensaft** mit der **Fischsauce**, der **Misopaste** und 4EL Wasser verrühren.



**2. Reis und Gemüse kochen**

Den **Reis** mit dem kochenden Wasser zu dem **Gemüse** in den Topf geben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



**5. Hackpfanne fertigstellen**

Die **Kirschtomaten** in die Pfanne zu dem **Hackfleisch** geben und 5-6Min. mitgaren, bis sie aufplatzen, dann mit einem Pfannenwender leicht zerdrücken, bis der **Saft** austritt. Die **Würzsauce** in die Pfanne geben und bei starker Hitze unter Rühren ca. 2Min. kochen, bis sie leicht eingedickt ist.



**3. Hackfleisch braten**

Die **Chilipaste** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 30Sek. anbraten, dann das **Hackfleisch** zugeben und unter Rühren in ca. 4Min. gar braten.



**6. Anrichten und servieren**

Die **Thai-Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen. Den **Gemüsereis** mit Salz abschmecken und auf Teller verteilen. Das **Hackfleisch** darauf anrichten, mit dem **Thai-Basilikum** garnieren und servieren.