

Vietnamesische Hoisin-Rinderhackfleisch-Bowl mit scharfem Karotten-Radieschen-Salat & Erdnüssen

Thermomix kocht • 796 kcal • Tag 2 kochen

34



Jasminreis



Hoisinsoße



Rinderhackfleisch



kleine Salatgurke



Radieschen



Sriracha Sauce



Karotte



Erdnüsse



Mayonnaise



Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten

Wasser*, Öl*, Zucker*, Salz*, Pfeffer*, Weißweinessig*

Kochutensilien

Thermomix®, 2 große Schüsseln, 1 kleine Schüssel und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Jasminreis	150 g	225 g	300 g
Hoisinsoße 11 15)	25 ml	50 ml	50 ml
Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 g
kleine Salatgurke	1	1,5**	2
Radieschen IT	100 g	150 g	200 g
Sriracha Sauce	8 ml	12 ml**	16 ml
Karotte DE NL DK	2	3	4
Erdnüsse 1)	20 g	40 g	40 g
Mayonnaise 8 9)	34 ml	51 ml	68 ml

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 600 g)
Brennwert	560 kJ/134 kcal	3331 kJ/796 kcal
Fett	7,02 g	41,77 g
– davon ges. Fettsäuren	1,91 g	11,34 g
Kohlenhydrate	12,69 g	75,51 g
– davon Zucker	2,05 g	12,19 g
Eiweiß	5,00 g	29,75 g
Salz	0,182 g	1,080 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **1)** Erdnüsse **8)** Eier **9)** Senf **11)** Soja **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **IT:** Italien **DK:** Dänemark



Für den Karottenslaw

Erdnüsse in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 6** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Karotte nach Belieben schälen und in grobe Stücke schneiden. **Karotten, Radieschen, Mayonnaise, Sriracha Sauce, Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **7 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

Karottenslaw in eine große Schüssel umfüllen und evtl. nochmal mit **Salz***, **Zucker*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Mixtopf spülen.



Reis garen

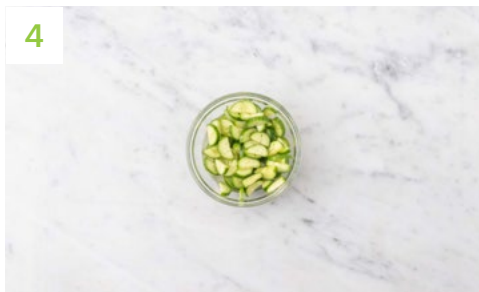
Reis in den Gareinsatz geben und mit kaltem **Wasser** spülen. Gareinsatz in den Mixtopf einsetzen, **1,5 TL Salz***, **5 g Öl*** und **1.200 g Wasser*** über den **Reis** in den Mixtopf zugeben und **17 Min./Varoma/Stufe 1** garen.

Währenddessen fortfahren.



Gepickelte Gurken

Gurke längs halbieren und in 0,5 cm große Halbmonde schneiden. **Gurke** in einer großen Schüssel mit **1 TL [1,5 TL | 2 TL] Zucker*** und **0,5 TL [0,75 TL | 1 TL] Salz*** würzen und mit **2 EL [3 EL | 4 EL] Weißweinessig*** abschmecken.



Reis ziehen lassen

Nach der Garzeit, Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen und **Reis** abgedeckt ca. 10 Min. ziehen lassen.

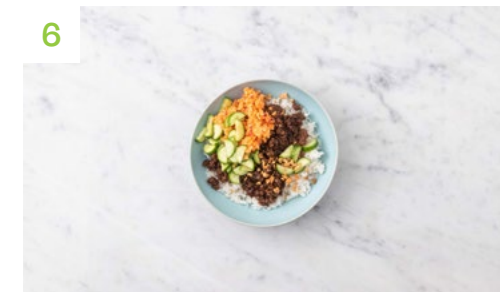
Währenddessen das **Fleisch** anbraten.



Fleisch braten

In einer großen Pfanne **Hackfleisch** 3 – 4 Min. scharf anbraten und dabei gut zerkrümeln.

Hitze etwas reduzieren und den **Pfanneninhalt** mit **Hoisinsoße** und 50 ml [75 ml | 100 ml] **Garflüssigkeit*** ablöschen. Umrühren und ca. 2 – 3 Min. köcheln lassen, bis die **Masse** etwas eingedickt ist. Mit **Salz***, **Pfeffer*** und 1 Prise **Zucker*** abschmecken.



Anrichten

Reis mit einer Gabel auflockern und auf Teller verteilen. **Hoisin-Hackfleisch**, spicy **Karottenslaw** und gepickelte **Gurken** daneben anrichten. Mit gehackten **Erdnüsse** toppen und genießen.

Guten Appetit!

Sriracha Sauce

Sriracha ist eine 'hot sauce', eine scharfe Soße aus Essig, Knoblauch, Zucker, aber vor allem aus Chilischoten. Eine Zutat, an die Du Dich herantasten solltest, wenn Du Schärfe nicht gewohnt bist.

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

