

Mexikanisches Faschiertes Steak

Rezept für 4 Portionen

Dauer: ca. 90 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Knoblauchzehen	3 Stk.
Rosinen / Sultaninen	60 g
Faschiertes / Gehacktes / Hackfleisch gemischt	400 g
Gemüsezwiebeln	1 Stk.
Limettensaft / Lime Juice	3 Esslöffel
Chilisauce / Chilisoße	150 ml
Speiseöl / Öl	5 Esslöffel
Frühlingszwiebeln / Lauchzwiebeln	2 Stk.
Avocados/Avokados	1 Stk.
Zwiebeln	100 g
Rote Chilischoten	1 Stk.
Weizentostbrot	2 Scheibe(n)
Gemahlener Koriander (Samen)	1 Teelöffel
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Salz	Etwas / nach Bedarf
Paprikaschoten	400 g
Kidneybohnen	1 Dose(n) / Becher
Ingwerwurzel	15 g
Leitungswasser / Stilles Wasser	80 ml
Tomaten / Paradeiser	400 g

Zubereitung:

Zwiebel schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Chilischote putzen, entkernen und sehr fein hacken. Toastbrot grob würfeln und mit Rosinen in der Küchenmaschine fein hacken.

Faschiertes mit Zwiebel, einer gehackten Knoblauchzehe, einer Chilischote, Toastbrot-Rosinengemisch, Koriander und Ei zu einem glatten Teig kneten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse acht faschierte Steaks formen.

Gemüsezwiebel schälen und sehr fein hacken. Paprika putzen und das Fruchtfleisch fein hacken. Tomaten waschen, vierteln und in kleine Würfel schneiden. Bohnen abspülen und abtropfen lassen. Ingwer fein reiben. 1 EL Öl erhitzen und Gemüsezwiebel, restlichen Knoblauch, Chili, Paprika und Ingwer andünsten. Dann die Tomaten und Bohnen hinzufügen. Limettensaft, 80ml Wasser und Chilisauce unterrühren. Alles etwa zehn Minuten bei milder Hitze ziehen lassen.

Restliches Öl erhitzen und die Hacksteaks pro Seite ca. drei Minuten braten. Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Avocados schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Frühlingszwiebel und Avocados unter die lauwarme Sauce mischen. Faschierte Steaks mit Sauce servieren. Dazu passt grüner Salat mit Avocadospalten.

Guten Appetit!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1232-Mexikanisches-Faschiertes-Steak.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at