



CHEFKOCH.DE

Das Leben schmeckt schön.



Hackfleischpfanne mit Rotkohl

mit orientalischer Note

Zwiebel in Ringe, Paprika in dünne Streifen schneiden. Beides in einer großen Pfanne oder im Wok anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind (nicht braun). Tomatenmark, Kreuzkümmel und Lammhackfleisch zugeben, unter Rühren anbraten und mit der Sojasauce ablöschen. 3-4 Minuten weitergaren. Dann fertigen Rotkohl unterrühren und mit warm werden lassen. Mit Pfeffer abschmecken (durch die Sojasauce braucht man kein Salz).

Schmeckt gut zu Kartoffeln, mit Fladenbrot und einer Joghurt-Sauce oder auch mit gebratenen Topinambur.



Dieses Bild wurde hochgeladen von CK-User blu

Arbeitszeit: ca. 20 Min.
Schwierigkeitsgrad: simpel
Kalorien p. P.: keine Angabe

Zutaten für 2 Portionen:

250 g	Hackfleisch (Lammhack, sicher geht auch Rind)
1 große	Zwiebel(n), rote
1	Paprikaschote(n), rote
150 g	Rotkohl, (selbstgekochter Rest oder TK oder aus dem Glas)
2 EL	Sojasauce
1 TL	Kreuzkümmel, (gemahlen)
2 EL	Tomatenmark
1 EL	Olivenöl
	Pfeffer, schwarzer

Verfasser: meetcoco