

Tex-Mex-Style Hackpfanne auf Kräuterreis mit Coleslaw-Mix und saurer Sahne

extra schnell 15 – 25 Minuten • 874 kcal • Tag 2 kochen

36



gemischte
Hackfleischzubereitung



Basmatireis



Coleslaw-Mix



Zwiebel



saure Sahne



junger Gouda, gerieben



Ketchup



Gewürzmischung
„Hello Fiesta“



Hühnerbrühe

**GESTALTE DEIN PERFEKTES
WEIHNACHTSMENÜ**



ZUR AUSWAHL



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Öl*, Butter*, Salz*, Pfeffer*, Wasser*

Kochutensilien

1 große Schüssel, 1 große Pfanne und 1 Sieb

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g	375 g	500 g
Basmatireis	150 g	225 g	300 g
Coleslaw-Mix	200 g	300 g	400 g
Zwiebel DE NL EG	1	1	2
saure Sahne 7)	100 g	200 g	200 g
junger Gouda 7)	50 g	75 g	100 g
Ketchup 10)	25 g	50 g	50 g
Gewürzmischung „Hello Fiesta“	4 g	6 g	8 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g

**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. 460 g)
Brennwert	792 kJ/189 kcal	3656 kJ/874 kcal
Fett	10,4 g	48,2 g
– davon ges. Fettsäuren	4,9 g	22,5 g
Kohlenhydrate	16,3 g	75,4 g
– davon Zucker	2,3 g	10,5 g
Eiweiß	8,5 g	39 g
Salz	0,88 g	4,08 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: 7) Milch (einschließlich Laktose) **10)** Sellerie

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten

1



Reis kochen

Erhitze 1.000 ml [1.500 ml | 2.000 ml] **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf 1.000 ml [1.500 ml | 2.000 ml] heißes **Wasser*** füllen.

Reis einrühren und leicht **salzen***. Beides zusammen zum Kochen bringen und ca. 12 Min. abgedeckt kochen, bis der **Reis** gar ist.

Nach der Garzeit durch ein Sieb abgießen.

2



Hackfleisch anbraten

Zwiebel in Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen.

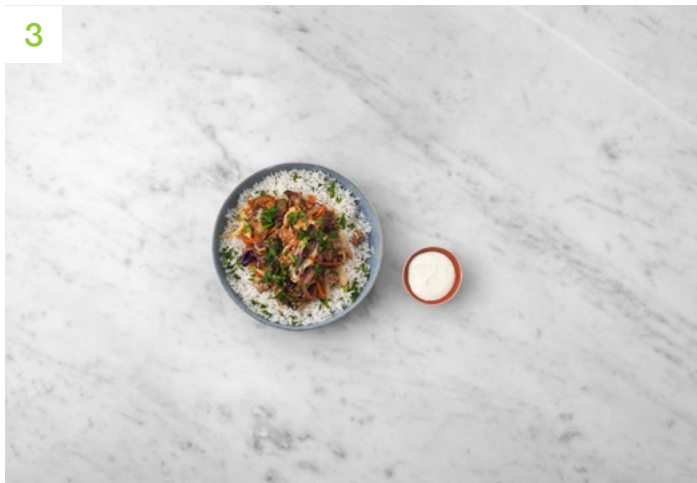
Hackfleisch und **Zwiebelstreifen** 4 – 6 Min. darin anbraten.

Coleslaw-Mix, „Hello Fiesta“, **Hühnerbrühe**, **Salz*** und **Pfeffer*** dazugeben und weitere 2 – 3 Min. anbraten.

Pfanne mit **Ketchup** und 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** ablöschen.

Mit **Käse** bedecken und 1 – 2 Min. abgedeckt kochen, bis er geschmolzen ist.

3



Letzte Schritte

1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter***, **Salz*** und **Pfeffer*** unter den **Reis** rühren.

Reis auf tiefe Teller verteilen, **Tex-Mex-Pfanne** darauf anrichten und mit **saurer Sahne** toppen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

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

