

Unbenannt

Hackfleisch mit Sojasprossen

(4 Personen)

1 EL Olivenöl
300 g Hackfleisch (Rind oder Lamm, nicht zu fein gehackt)
50 g Speck, fein gewürfelt
50 g Salami, gewürfelt
1/2 TL Paprikapulver, scharf
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 grosse Zwiebel, in Streifen geschnitten
1 rote Peperoni, in Streifen geschnitten
250 g Sojasprossen

In einer Pfanne oder einem Wok das Öl erhitzen, das Hackfleisch bröselig braten, Speck- und Salamiwürfel unterrühren und kurz anbraten. Paprikapulver, Knoblauch, Zwiebel und Peperonistreifen dazugeben, alles gut verrühren und bei mässiger Hitze ca. 5 min dünsten.

Am Schluss die Sojabohnen unter die Hackfleischmischung geben, ganz kurz "sautieren" und auf vorgewärmten Tellern anrichten.