



ASIATISCHES RINDFLEISCH MIT PILZEN, Pak Choi und Limettenreis

SPECIAL



Jasminreis



Limette



rote Spitzenpaprika



rote Chilischote



Rinderhackfleisch



Champignons



Baby-Pak-Choi



Hoisin-Soße



Rinderbrühe



Kartoffelstärke



Knoblauchzehe



Ingwer

30-40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe **2**

Tag **1-2** kochen

So wirst Du Pilze lieben lernen! Denn in unserem heutigen Special werden sie zum Superstar Deines asiatischen Gerichts. Die Limette peppt den Reis auf und zu dem Rindfleisch gibt es noch eine große Portion Pak Choi. So kann der Feierabend gerne zu Dir nach Hause kommen. Lass es Dir schmecken!

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 große Pfanne, 1 kleinen Topf, 1 Sieb** und **1 hohes Rührgefäß**.



1 REIS KOCHEN

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**.

Jasminreis in einem Sieb mit kaltem Wasser so lange abspülen, bis dieses klar hindurchfließt. In einen kleinen Topf 300 ml [450 ml | 600 ml] heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen. **Reis** hineinrühren und bei niedriger Hitze ca. 10 Min. abgedeckt köcheln lassen. Dann Topf vom Herd nehmen und mindestens 10 Min. abgedeckt ziehen lassen.



4 FLEISCH ANBRATEN

1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** in einer großen Pfanne erhitzen und **Hackfleisch** zusammen mit den **Pilzen, Knoblauch** und **Ingwer** 3 – 4 Min. scharf anbraten. Hitze etwas reduzieren und **Pfanneninhalt** mit der vorbereiteten **Flüssigkeit** ablöschen. Alles unter Rühren für 1 Min. aufkochen lassen.



2 FÜR DIE SOSSE

In einem hohen Rührgefäß 150 ml [225 ml | 300 ml] **Wasser***, **Hoisin-Soße**, **Sojasoße**, **Rinderbrühe** und **Kartoffelstärke** gut miteinander vermengen und kurz beiseitestellen.



5 PFANNE VOLLENDEN

Pak Choi und **Paprika** zum **Hackfleisch** in die Pfanne geben und weitere 2 Min kochen. Mit **Salz***, **Pfeffer*** und **Soft** von einem **Limettenviertel** abschmecken. **Reis** mit einer Gabel auflockern und dabei ½ EL [¾ EL | 1 EL] **Limettenabrieb** unterheben.



3 GEMÜSE SCHNEIDEN

Ingwer schälen und fein hacken. **Knoblauchzehe** abziehen und ebenfalls fein hacken. **Champignons** vierteln. **Spitzpaprika** halbieren, entkernen und in 1 cm Streifen schneiden. 1 – 2 cm vom Strunk des **Pak Choi** abschneiden, sodass dieser auseinanderfällt. **Limette** heiß abwaschen, Schale der **Limette** abreiben und **Limette** danach vierteln. **Chili** halbieren, **Kerne** entfernen und **Chilihälften** in Streifen schneiden (**Achtung: scharf!**).



6 ANRICHTEN

Limettenreis auf tiefen Tellern oder Schüsseln verteilen, asiatische **Rindfleischpfanne** daneben anrichten und mit **Chilistreifen** toppen (**Achtung: scharf!**). Restliche **Limettenspalten** dazu reichen und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Jasminreis	150 g	225 g	300 g
Hoisin-Soße 1) 10)	30 ml	60 ml	60 ml
Sojasoße 1) 10)	20 ml	30 ml	40 ml
Rinderbrühe	4 g	6 g	8 g
Kartoffelstärke	6 g	8 g	12 g
Ingwer CN BR	10 g ☉	20 g	20 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Champignons	200 g	300 g	400 g
rote Spitzenpaprika PL NL	1	2	2
Baby-Pak-Choi DE	2	3	4
Limette BR MX	1	1	1
rote Chilischote ES NL	1	1	2
Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 g
heißes Wasser* für Schritt 1	300 ml	450 ml	600 ml
Wasser* für Schritt 2	150 ml	225 ml	300 ml
Öl* für Schritt 4	1 EL	1½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☉ 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. 650 g)
Brennwert	435 kJ/104 kcal	2.757 kJ/659 kcal
Fett	4 g	27 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	10 g
Kohlenhydrate	12 g	74 g
- davon Zucker	2 g	10 g
Eiweiß	5 g	30 g
Salz	1 g	3 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) Glutenhaltiges Getreide 10) Sojabohnen

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland CN: China BR: Brasilien ES: Spanien PL: Polen NL: Niederlande MX: Mexiko



#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!