

MARLEY SPOON



Vietnamesisches Bánh mì

mit Schweinehackbällchen



20-30Min.



3-4 Personen

In Vietnam beschreibt der Begriff „Bánh mì“ eigentlich Brote aller Art, aber heute versteht man weltweit darunter vor allem den bekannten Streetfood-Klassiker. Das Baguette ist von den Franzosen in die damalige Kolonie eingeführt worden. Wir füllen es heute mit saftigen Schweinehackbällchen, einer angenehm säuerlichen Limettenmayonnaise und viel frischem Gemüse.

Was du von uns bekommst

- 1 unbehandelte Limette
- 10g frischer Koriander
- 1 Gurke
- 50ml Sweet Chili Sauce
- 2 Päckchen Mayonnaise ^{3,10}
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 4 Baguettebrötchen ¹
- 2 Karotten
- 2 Lauchzwiebeln

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- Küchenreibe
- Sparschäler
- Zitronenpresse

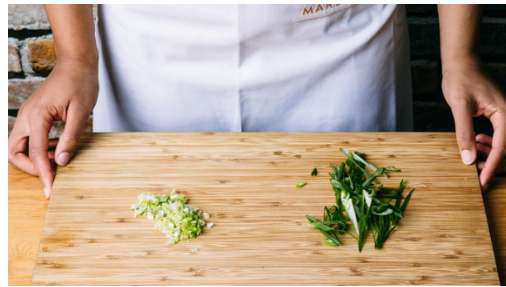
Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 730.0kcal, Fett 36.9g, Eiweiß 31.8g, Kohlenhydrate 64.2g



1. Lauchzwiebeln schneiden

Den Backofen auf 200°C Umluft oder 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den **weißen Teil der Lauchzwiebeln** fein hacken, den **grünen Teil** in feine Ringe schneiden.



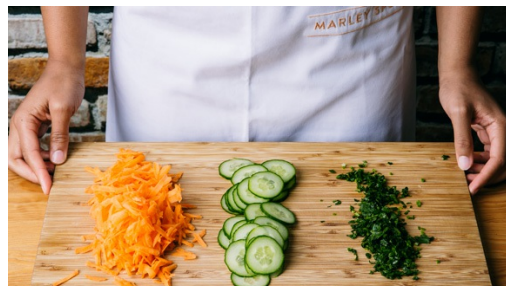
2. Hackfleisch mischen

Das **Hackfleisch** mit den **gehackten weißen Lauchzwiebeln** und der **Chilisauce** vermengen und mit ca. 1TL Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.



3. Hackbällchen formen

Mit einem Esslöffel von der **Hackfleischmasse** gleich große Portionen abstechen und mit den Händen zu golfballgroßen **Bällchen** formen. Diese leicht platt drücken und in einer Auflaufform ca. 8-10Min. im Ofen braten. Die **Brötchen** für die letzten ca. 2-3Min. im Ofen aufbacken.



4. Gemüse schneiden

Währenddessen die **Karotten** schälen und mit der groben Seite der Küchenreibe raspeln. Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden. Den **Koriander samt Stängeln** fein hacken.



5. Mayonnaise mischen

Die **Limettenschale** abreiben, die **Limette** dann halbieren, **eine Limettenhälfte** auspressen, die **zweite Hälfte** in Spalten schneiden. Die **Mayonnaise** mit dem **Limettenabrieb** und **1-2TL Limettensaft** verrühren.



6. Brötchen füllen

In die **Brötchen** seitlich eine Tasche zum Füllen schneiden und das Innere von allen Seiten mit der **Limettenmayonnaise** bestreichen. Dann nach Geschmack mit **Karotten, Gurken, Lauchzwiebelringen, Koriander** und **Fleischnäpfchen** füllen. Nach Geschmack mit **frischem Limettensaft aus den Spalten** beträufeln. Falls vorhanden, **restliches Gemüse** zu einem Salat mischen.