

Hack-Pfanne mit gebratener Guacamole

Für 2 Personen:

500 g Rinderhack	2 Avocados	10 Kirschtomaten
1 rote Zwiebel	1 grüne Peperoni	1 Limette
1 Msp. Gewürzmix	1 Msp. Salz	2 EL Bratöl
1 Spur Olivenöl		

Bratöl in eine Pfanne erhitzen. Hack im heißen Öl rösten.

Avocado halbieren, Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem EL aus der Schale nehmen und jede Hälfte in vier Stücke schneiden.

Hack mit dem Gewürzmix und Salz würzen. Hitze reduzieren und Hack noch etwas nachrösten lassen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Avocado hineingeben und insgesamt ca. 3 Minuten im heißen Öl braten.

Kirschtomaten halbieren, zum Hack geben und mitbraten Peperoni in Ringe schneiden. Die Hälfte der Zwiebel in Streifen schneiden, die andere Hälfte in feine Würfel schneiden. Peperoniringe und die Zwiebelstreifen zur Avocado in die Pfanne geben und mitbraten. Dann alle Zutaten aus der Pfanne in einen Mörser geben. Die Zwiebelwürfel und einen Schuss Olivenöl dazugeben, Limettenschale darüberreiben, Limette auspressen und Saft dazugeben. Anschließend alles mit dem Stößel gut zerstoßen.

Hack mit Guacamole anrichten und zum Schluss nochmals mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp: Guacamole 1 Stunde vorher zubereiten, kalt stellen und die kalte Guacamole zum heißen Hack servieren.

Steffen Henssler am 30. Oktober 2021