

Mexikanischer Hackbraten nach Jamie Oliver

Für 4 Personen:

1 rote Zwiebel	2 rote Paprikaschoten	14 Scheiben grüne Jalapeños
15 g Koriander	400 g schwarze Bohnen, Dose	500 g Rinderhackfleisch
400 g Eiertomaten, Dose	4 EL saure Sahne	

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Zwiebel in Spalten und die Paprika in kleine Stücke schneiden. Alles mit Olivenöl mischen und für 15 Min. im Backofen rösten.

Jalapeños in feine Streifen schneiden, Koriander-Stiele klein schneiden, dabei die Blätter beiseite legen. Die Bohnen in einem Sieb abtropfen lassen.

Die Hälfte der Bohnen mit Jalapeños, Koriander-Stielen und Rinderhackfleisch mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, gut verkneten und zu einem Laib formen. Den Hackbraten auf die Paprika-Zwiebel-Mischung geben und für 15 Minuten backen.

Den Hackbraten herausholen und mit Rotweinessig beträufeln. Bohnen, Tomaten und einen Schuss Wasser zugeben. Die Sauce verrühren und alles nochmal 15 Minuten backen. Der Hackbraten sollte goldbraun und durchgegart sein.

Den Hackbraten mit saurer Sahne und Koriander servieren.

Zum Hackbraten passen knusprige Ofenkartoffeln.

Steffi Sinzenich am 19. Januar 2024