

Pfannkuchen mit Hackfleisch, Guacamole, Salsa verde

Für zwei Personen

Für die Pfannkuchen:

2 Eier	150 ml Milch	50 ml Sprudelwasser
5-6 geh. EL Weizenmehl	Sonnenblumenöl	

Für die Hackfleisch-Füllung:

300 g Rinderhackfleisch	15 Cocktailtomaten	150-200 g Mais
3 Zwiebeln	1 Limette, Abrieb, Saft	Chiliflocken
1 Prise gemahlenen Kreuzkümmel	1 Prise Zucker	Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Guacamole:

2 reife Avocados	5 Cocktailtomaten	1 Limette, Saft
5 Zweige Koriander	Salz	

Für die Salsa verde:

1 Knoblauchzehe	2 EL Kapern	1 TL mittelscharfer Senf
1 EL weißer Balsamicoessig	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
5 Zweige Minze	4 EL Olivenöl	Salz

Für die Garnitur:

1 Frühlingszwiebel	1 Limette, Saft	4 EL Crème fraîche
2 Zweige Koriander		

Für die Pfannkuchen:

Die Eier, Mehl, Milch und Sprudelwasser zusammen in eine Schüssel geben und mit dem Rührgerät zu einem glatten Teig rühren. Der Teig darf gerne etwas flüssiger sein. Bei Bedarf je etwas Mehl, Wasser oder Milch hinzugeben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Pfannkuchenteig hineingeben und bei mittlerer Hitze 3 Minuten backen, bis die Unterseite des Pfannkuchens leicht braun wird. Pfannkuchen wenden und weitere 2-3 Minuten backen.

Für die Hackfleisch-Füllung:

Öl in einer Pfanne erhitzen. Rinderhackfleisch anbraten und mit Pfeffer, Salz und Kreuzkümmel kräftig abschmecken.

Cocktailtomaten waschen und halbieren. Zwiebeln abziehen und in halbe Ringe schneiden. Flüssigkeit der Dose Mais abgießen und Mais mit den Zwiebeln und Tomaten in der Pfanne anbraten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Limettenzeste abreiben und mit etwas Limettensaft abschmecken.

Für die Guacamole:

Avocados halbieren, den Kern entfernen. Mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauslösen. Cocktailtomaten waschen und trockentupfen.

Koriander abbrausen und trockenwedeln. Alle Zutaten in einem Multizerkleinerer vermengen. Limettensaft hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren den Pfannkuchen mit der Guacamole bestreichen.

Für die Salsa verde:

Petersilie, Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Knoblauch abziehen. Kräuter mit dem Knoblauch, Kapern und Olivenöl, Senf und Balsamico

in einen Mixer geben und vermengen.

Für die Garnitur:

Pfannkuchen mit Crème fraîche bestreichen und je etwa zwei Esslöffel Hackfleischfüllung in den Pfannkuchen verteilen. Einen Klecks Salsa verde auf der Füllung verteilen. Koriander und Frühlingszwiebeln waschen, fein hacken und nach Geschmack auf den Pfannkuchen verteilen. Etwas Limettensaft drüber träufeln. Pfannkuchen wie einen Burrito eingeschlagen und kurz in einer Pfanne anbraten.

Patricia Kain am 13. März 2025