

Mexikanische REIS-PFANNE

MIT MAIS, PAPRIKA UND HACKFLEISCH

 WÜRZIG • SÄTTIG • LECKER  

Herzhaftes Hackfleisch, bunter Paprika, süßer Mais und aromatische Gewürze – alles vereint mit Reis in einer leckeren Pfanne!

für
4 PERSONEN



ZUTATEN (für 4 Personen)

Für die Reis-Pfanne

- 250 g Reis
- 500 g Hackfleisch (Rind oder gemischt)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Paprika
- 1 Dose Mais (ca. 285 g Abtropfgewicht)
- 2 EL Tomatenmark
- 500 g passierte Tomaten
- 2 EL Öl
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Oregano
- Salz und Pfeffer
- Chili (nach Belieben)
- Frische Petersilie zum Garnieren



Außerdem

- Salz für das Kochwasser



ZUBEREITUNG

- 1 Den Reis nach Packungsanweisung in ausreichend Salzwasser bissfest garen und anschließend gut abtropfen lassen.
- 2 Währenddessen das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Hackfleisch darin bei hoher Hitze krümelig und kräftig anbraten.
- 3 Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, fein würfeln und zum Hackfleisch geben. Alles 2–3 Minuten glasig mitdünsten.
- 4 Die Paprika waschen, entkernen, in kleine Würfel schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Etwa 3–4 Minuten mitbraten, bis sie leicht weich werden.
- 5 Den Mais in einem Sieb abgießen, kurz abtropfen lassen und unter die Hackfleisch-Gemüse-Mischung rühren.
- 6 Das Tomatenmark hinzufügen und unter Rühren 1–2 Minuten anrösten, damit sich die Röstaromen entfalten.
- 7 Die passierten Tomaten angießen und alles gut miteinander verrühren.
- 8 Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Kreuzkümmel, Oregano und nach Belieben etwas Chili würzen. Die Sauce anschließend bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.
- 9 Den fertig gegarten Reis zur Hackfleischmischung geben und alles gründlich vermengen, sodass sich die Sauce gleichmäßig verteilt.
- 10 Mit frisch gehackter Petersilie bestreuen und die Mexikanische Reis-Pfanne heiß servieren.



TIPP: Mit Limettensaft, Avocado oder Tortilla-Chips als Topping wird die Pfanne noch leckerer!



Alexandras
Food Lounge



Guten Appetit! 

