



Paprika-Hack-Pfanne

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/paprika-hack-pfanne.jsp>



Pfannengerichte sind unkompliziert und schnell zubereitet: Mit diesem Rezept steht würziges Hackfleisch mit knackigem Gemüse nach 30 Minuten auf dem Tisch!

Zutaten

Zutaten für: 2 Portionen

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
1	Paprika, gelb	
250 g	Hackfleisch, gemischt	
2 EL	Pflanzenöl	EDEKA Bio Natives Sonnenblumenöl
1 Beutel	KNORR Fix für Gulasch	
250 g	Kidney-Bohnen	EDEKA Kidneybohnen
	Chilipulver	
	Pfeffer	
2 EL	Schnittlauchröllchen	

Rezept: Unilever Deutschland GmbH
Foto: Unilever Deutschland GmbH

Rezeptinformation

Zutaten für: **2 Portionen**

Zubereitungszeit: **30 Min.**

Fertig in: **30 Min.**

Je Portion : **2072 kJ, 495 kcal, 22 g Kohlenhydrate, 33 g Eiweiß, 30 g Fett**

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Zubereitung

- 1.) Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen und würfeln. Zusammen mit dem Hackfleisch in Öl anbraten.
- 2.) 250 ml kaltes Wasser zugießen, Beutelinhalt KNORR Fix für Gulasch einrühren und unter Rühren aufkochen. Kidney-Bohnen abtropfen lassen, zugeben und zugedeckt bei schwacher Hitze 5 Minuten garen.
- 3.) Mit Chilipulver und Pfeffer abschmecken. Mit Schnittlauchröllchen bestreut servieren.

Tipp: Probieren Sie auch unser

Kochschule

Paprika vorbereiten: Waschen Sie die Paprika gründlich ab. Halbieren Sie die Paprika mit einem Gemüsemesser und schneiden den Stielansatz und die weißen Trennwände heraus. Schütteln, bzw. schaben Sie auch die Kerne heraus. Beim Aushöhlen schneiden Sie vorsichtig den Stielansatz kreisrund heraus. Ebenso die weißen Trennwände und die Kerne.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Gemüsemesser 8 cm: Klinge aus deutschem, geschmiedetem Klingenstein
Ergonomischer, dreifachgenieteter Griff
Perfekte Griffgröße
Fingerschutz für sicheres Arbeiten
Saubere Übergänge von der Klinge zum Griff

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Geschmiedete Aluminium Pfanne 28 cm: Geschmiedete Qualität mit besonders hohem Aluminiumanteil
Kalt erhitzt keine Blasen in der Beschichtung entstehen
Besonders langlebig und widerstandsfähig
Schwere Profiqualität: Boden-/Wandstärke 5,5/3,5 mm
3-fach Antihaf-versiegelung mit Keramikpartikeln



Paprika-Hack-Pfanne

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/paprika-hack-pfanne.jsp>

verstärkt für fettarmes BratenFür alle
Herdarten geeignet - auch Induktion!
Ergonomisch geformter, hitzebeständiger
Griff bis 180 °C mit verchromtem Inlay
