

Hackfleisch Rezepte

Buttermilchpfannkuchen Mit Hackfleisch

Anzahl: 1 Portion

Gattung: Pfannkuchen, Fleisch, Hackfleisch, Rind

Hackfleischfüllung

500 g	Rinderhackfleisch	200 g	milde Tacosauce
2 Essl.	mildes Taco-Gewürzpulver	300 g	Dose Kidneybohnen, abgetr.
60 ml	Wasser	2 Essl.	frischer Koriander, feingeh.

Pfannkuchenteig

2	Tas. Mehl	500 ml	Buttermilch
4 Teel.	Backpulver	2	Eier, verquirlt
2 Teel.	Zucker	60 g	Butter, zerlassen

1. Hackfleisch bei starker Hitze unter Rühren etwa 8 Minuten anbraten. Gewürzmischung zugeben und 1 Minute rühren. Auf mittlere Hitze herunterschalten, Wasser, Sauce und Bohnen zugeben. Unter Rühren auf- kochen.

Hitze reduzieren, ohne Deckel 10 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. Vom Herd nehmen, Koriander unterrühren und warm halten.

2. Alle Pfannkuchenzutaten mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig verarbeiten, mit Folie abdecken und 20 Minuten ruhen lassen.

3. Teig Portionsweise in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butter backen.

4. Hackfleischfüllung und Pfannkuchen anrichten und servieren.