

Asiatische Hackfleisch- pralinen

Mit Hartmanns Chili-Pfeffer-Öl



Klingt gut?

Asiatische Hackfleischpralinen - für 4 Personen



Zutaten:

- 500 g Hackfleisch
- 50 g gehackte Haselnüsse oder Mandeln
- 2 Eier
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Sojasauce
- Chili-Pfeffer-Öl
- Salz
- Pfeffer
- Chilipulver

Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch sehr fein hacken. Mit Hackfleisch, Eiern, Nüssen und Sojasauce in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen und alles gut vermengen.

Aus der Masse kleine Kugeln formen. Chili-Pfeffer-Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hackfleischpralinen darin rundum kräftig anbraten.

Je nach Größe ca. 8 bis 12 Minuten garen, bis sie schön gebräunt und innen saftig sind.



Mit Genuss gesünder leben.