



Nacho Bowl

Zutaten

Für die MEXIKANISCHE GEWÜRZMISCHUNG:

- 1 TL geräucherte Paprika
- 1 TL normales Paprika Pulver
- 2 TL Kreuzkümmelpulver
- 2 TL Knoblauchpulver

Für die NACHO BOWLS:

- 500 g Hackfleisch oder vegetarische Alternative
- 2 EL Olivenöl
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- 2 Peperoni, fein gehackt
- 1 Dose gehackte Tomaten oder 4 EL Konzentrat
- 1 EL Nullkommando Bouillon
- 1 Dose rote Bohnen
- 3 EL fein gehackter frischer Koriander
- 200 g Nachos-Chips
- Sauerrahm
- Salz und Pfeffer





Nacho Bowl

Zubereitung

1. Für die mexikanische Gewürzmischung die Gewürze in einer Schale mischen.
2. Öl in einer Bratpfanne bei starker Hitze erwärmen und die Zwiebeln für 5 Minuten anbraten.
3. Das Hackfleisch oder die vegetarische Alternative hinzugeben und anbraten.
4. Tomaten oder das Tomatenmark-Konzentrat, Kidneybohnen, 1 EL Nullkommanull Gemüse Bouillon, mexikanische Gewürzmischung sowie Salz und Pfeffer begeben. Die Hitze reduzieren und 10 Minuten köcheln lassen.
5. Die gehackten Peperoni einrühren und weitere 5 Minuten köcheln lassen.
6. Den Boden von vier Schüsseln gleichmässig mit den Tortilla-Chips bedecken. Das Hackfleisch auf die Schüsseln aufteilen und mit je einem EL Sauerrahm garnieren. Mit Koriander bestreuen und mit einer Zitronenscheibe servieren.

Nach Wunsch mit frischem Salat, gehackten Tomaten, Avocado, geriebenem Käse oder gehackten Frühlingszwiebeln servieren.

