



Reinfelder Pfanne à la Jens

Zutaten (für eine Person)

- 200 g Rinderhackfleisch
- 1 kl. Dose Texasbohnen
- 1 Paprika (grün)
- 1 kl. Dose Champignons
- 1 kl. Dose geschälte Tomaten
- 1 kl. Strauch Cherrytomaten
- 1 Chilischote
- 1 kl. Knoblauchzehe
- 1 kl. Dose Chilibohnen
- 1 Zwiebel
- 2 Tl. Tomatenmark
- 50 ml Gemüsefond
- 1/2 Tl. Kreuzkümmel
- 1 Tl. Paprikapulver, Pfeffer, Oregano



Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Zubereitung

Hackfleisch würzen, mit gehackter Zwiebel und Knoblauch scharf anbraten. Paprika waschen, in kleine Stücke schneiden und untermischen. Die Texas- und Chilibohnen abgießen und mit den Tomaten sowie den Champignons mit in die Pfanne geben, alles gut vermengen. Chilischote in der Mitte durchschneiden, entkernen und in kleine Streifen schneiden. Chilischote zerkleinern, das Tomatenmark und den Gemüsefond dazugeben und 10 Minuten köcheln lassen, ab und zu umrühren. Nochmals abschmecken, gegebenenfalls nachwürzen, guten Appetit!

