

Rezept

Mexikanische Frikadellen

Ein Rezept von Mexikanische Frikadellen, am 24.09.2023

Zutaten

40 g Chili-Tortilla-Chips	1 Zwiebel
100 g Mais (Dose)	1 kleine rote Spitzpaprikaschote
500 g gemischtes Hackfleisch	1 Ei
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	Salz
Pfeffer	2 EL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN 30 MIN. | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

Zubereitung

1. Die Tortilla-Chips in einen Gefrierbeutel füllen und zerbröseln, z. B. mit dem Nudelholz. Zwiebel schälen, fein würfeln. Mais in einem Sieb abtropfen lassen. Spitzpaprika halbieren, putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden.
2. Hackfleisch, Ei, Zwiebel, Mais, Paprika und Tortilla-Brösel in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verkneten. Mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Aus dem Teig acht Frikadellen formen.
3. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Frikadellen darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4-5 Min. braten. Mit Tomaten-Salsa servieren.