

Pikante Hackfleischmischung

von Erika Dudler

250 - 500 g Gehacktes
1 Dose Sojabohnenkeimlinge
2 Gewürzgurken
etwas Paprika (eventl. von Mixed Pickles)
eine Banane
1 EL Kapern
1 - 2 EL Soja-Sauce
1 EL Whoreshestershire Sauce
eventl. 1 Dose Mais
2 Zwiebeln

Gehacktes mit der Zwiebel anbraten, alle anderen Zutaten hinzufügen, mit den Gewürzen abschmecken. Eventl. Pfeffer und Salz dazugeben.

Dazu Reis, ca. 60 g pro Person.