

Paprika-Hack-Pfanne - BG 0

Zutaten für 2 Portionen:

- 300 g Rinderhack
- 300 g Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1/2 rote Paprika
- 1/2 gelbe Paprika
- 1 Tl. Tomatenmark
- 1 Eßl. [Ghee](#)
- 1-2 Eßl. [Gemüsewürze](#)
- 1/2 Tl. oder nach Geschmack Paprika edelsüß
- 1 Pr. Chiliflocken
- Kräuter (Majoran, Thymian, Rosmarin)

Rinderhack mit dem Ghee scharf anbraten. In der Zwischenzeit die Zwiebel in feine Ringe schneiden und Paprika klein würfeln. Zwiebel dazugeben und etwa 5 Min. dünsten. Anschließend mit der Paprika genauso verfahren. Tomatenmark dazugeben und kurz mitbraten. Die Tomaten über Kreuz einritzen kurz in kochendes Wasser legen, schälen, würfeln und zur Hack-Paprika-Masse geben. Mit [Gemüsewürze](#), Paprika edelsüß, Kräuter und Chiliflocken abschmecken und ca. 10 Min. auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Sehr lecker für die schnelle Küche!

