



# Sesam - Plätzchen mit asiatischem Wirsing

- **Portionen:** 6
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '6', 'yield' : '' });
```

Etwas asiatisch Angehauchtes für jeden Tag

## Zutaten

- Für die Sesam - Plätzchen:
  - 750 g gemischtes Hack
  - 4 EL geschälte Sesamsaat
  - 4 EL Röstzwiebeln aus dem Supermarkt
  - 80 g Magerquark
  - Etwas Pflanzenöl
  - Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für den asiatischem Wirsing:
  - 1000 g geputzter, gewaschener Wirsing, ohne Strunk in Blättern oder Streifen geschnitten
  - 2 EL Pflanzenöl
  - 1 TL asiatisches 5 - Gewürze - Pulver (Aus dem Asia - Laden)
  - 2 EL gerösteten Sesam
  - 4 EL süße Chili Sauce
  - 2 EL Soja Sauce

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Sesam - Plätzchen:

### Schritt2

Das Hackfleisch, Röstzwiebeln, Salz, Pfeffer, Quark und 1 EL Sesam zu einem glatten Fleischteig verkneten.

### Schritt3

Mit angefeuchteten Händen zu 6 Frikadellen formen, im restlichen Sesam auf einen großen Teller

wenden.

#### **Schritt4**

Bei mittlerer Hitze von jeder Seite etwa 5 - 6 min. knusprig braten

#### **Schritt5**

Der Wirsing:

#### **Schritt6**

In heißem Pflanzenöl andünsten, salzen, 100 ml Wasser angießen.

#### **Schritt7**

Mit 5 - Gewürze - Pulver, Sesamöl, Chili- und Sojasoße würzen; pikant abschmecken.

#### **Schritt8**

Mit Deckel gut 12 min. schmoren, garen.

#### **Schritt9**

#### **Schritt10**

Zusammen mit den Sesam - Plätzchen reichen.

**Rezeptart:** Hackfleischgerichte **Tags:** Röstzwiebeln, sesam, Soja Sauce

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/sesam-plaetzchen-mit-asiatischem-wirsing/>