AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	40 Min.	Sommer	Vietnam

BÒ LÁ LÔT



Rezept: div. Quellen, u.a. foodbyjos.de, 9. 9. 2023 - Foto: compactcook

KURZ VORGESTELLT

Zartes Rindshackfleisch in saftig-grüne Betelblätter gewickelt und über der Holzkohle gegrillt: ein Klassiker der vietnamesischen Strassenküche. Mach dich rechtzeitig auf die Suche nach den Blättern, auch Pfeffer- oder Lalot-Blätter genannt! In einem guten Asiashop wirst Du fündig.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

400 g	Rinderhackfleisch	2 EL	Fischsauce
100 g	Schweinehackfleisch	1 EL	Sesamöl
4 Zehen	Knoblauch, fein gehackt	1	Schalotte, fein gehackt
1 EL	Zitronengras, fein gehackt	1	Chili
		1 Packk	Betelblätter

ZUBEREITUNG

1. Knoblauch, Schalotte, Zitronengras und Chili fein hacken und zusammen mit der Fischsauce und dem Sesamöl zu den beiden Fleischsorten geben und gut vermischen.
2. 2, 3 kleinere, für Röllchen nicht verwendbare Lalot-Blätter sehr fein schneiden und ebenfalls unter die Fleischmasse mischen. Mind. 1 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen.
3. Die gut gewaschenen Betelblätter mit «Fleischzigarren» füllen. Eventuell mit Holzspiesschen verschliessen oder je 3 auf einen Spiess stecken. (Holz vorgängig einige Min. ins Wasser legen.)
4. Auf dem Holzgrill, allenfalls auch in der Bratpfanne, kross braten, bis die Lalot-Blätter einzelne braune Stellen haben.

TIPP: Mit Reis oder Reisnudeln und einer Sauce aus Soja- und Fischsauce sowie gehacktem Knoblauch und Chili servieren.