

Hackfleisch Rezepte

Ratatouille Mit Hackfleisch

Anzahl: 6 Portionen

Gattung: Zucchini, Gemüse, Tomaten, Rind, Fleisch, Hackfleisch

200 g Zucchini	2 Teel. Öl
150 g Aubergine	2 Essl. Creme fraiche
400 g Tomaten	1 Essl. Tomatenmark
150 g Rinderhack	400 g Kartoffeln

Gemüse gründlich waschen, Kartoffeln schälen und sehr fein würfeln.

2.
Hackfleisch in einer Pfanne in 1 Tl heißem Öl krümelig braten. Kartoffelwürfel und 100 ml Wasser zufügen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 min garen.

3.
Inzwischen Zucchini und Auberginen putzen und klein schneiden. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen und häuten, ebenfalls würfeln. Alles zur Kartoffel-Hack-Mischung geben und ca. 15 min mitdünsten. Falls nötig noch etwas Wasser zufügen.

4.
Creme fraiche sowie Tomatenmark unterziehen. Nach Wunsch mit gehackter Petersilie bestreuen.

Extra-Tipp Dieses Gericht schmeckt auch den Grossen, wenn das Gemüse nicht so fein gewürfelt wird. Die Babyportion einfach etwas länger garen, evtl. pürieren. Rest gut würzen.