

Frisch vom Feld

... einfach gesünder

Kürbis – Hacktopf mit gebratenen Drillingen



WEIDEMANN
Catering GmbH

Weidemann Catering GmbH –
Ein Unternehmen der Weidemann-Gruppe.
www.weidemann-gruppe.de

Kürbis – Hacktopf mit gebratenen Drillingen

Zutaten für 4 Personen:

500 g Hokkaidokürbis, 1 kleine Zwiebel, 250 g Paprika rot und grün, 320 g gemischtes Hackfleisch, 480 g Kartoffeldrillinge (halbierte Kartoffeln mit Schale), 20 g Ingwer frisch, ½ Bd. Oregano, 1 Zweig Rosmarin frisch, 4 EL Rapsöl, 4 EL Olivenöl, 1 TL Tomatenmark, 100 ml Gemüsebrühe, je eine Messerspitze Cayennepfeffer, Paprika/edelsüß, frisch gemahlener Pfeffer und Salz zum Würzen

Zubereitung:

Ragout:

Zwiebel schälen und grob würfeln. Ingwer schälen und fein würfeln. Kürbis und Paprika entkernen und ebenfalls grob würfeln.

Öl erhitzen und darin das Hackfleisch anbraten. Zwiebeln, Ingwer, Kürbis und Paprika dazugeben und ca. 10 min. garen.

Tomatenmark in Brühe verquirlen und das Ragout damit ablöschen. Alles zusammen nochmals ca. 10 min. bei geringer Hitze weitergaren.

Mit Salz, Cayennepfeffer und Ingwer abschmecken und Oregano untermengen.

Drillinge:

Die Kartoffeln in Salzwasser sehr bissfest kochen, abkühlen lassen und halbieren. Dann mit Olivenöl, edelsüßem Paprika, Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und dem frischen Rosmarin vermengen und auf einem Backblech für ca. 15 min bei 220 Grad backen.

Anschließend Drillinge und Ragout zusammen anrichten und servieren.