

Rezept

Hackauflauf mit Kohlrabi

Ein Rezept von Hackauflauf mit Kohlrabi, am 02.04.2023

Zutaten

3 Scheiben Toastbrot	75 ml Milch
3 junge Kohlrabi (etwa 600 g)	2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	1 Bund Petersilie
2 EL Butter	Salz
500 g gemischtes Hackfleisch	3 Eier
1 EL Tomatenmark	Pfeffer
1 TL edelsüßes Paprikapulver	2 EL Mandelblättchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Das Toastbrot würfeln und mit der Milch begießen. Die Kohlrabi schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blätter fein hacken.
2. In einem Topf 1 EL Butter zerlassen. Die Kohlrabiwürfel mit den Zwiebeln und dem Knoblauch darin 1-2 Min. andünsten. 50 ml Wasser angießen, salzen und das Gemüse zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 5 Min. vorgaren.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Hackfleisch, Eier, Brot, Petersilie und Tomatenmark vermengen, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Die Kohlrabi abtropfen lassen und untermischen.
4. Die Masse in eine flache feuerfeste Form füllen, mit den Mandelblättchen bestreuen und mit der übrigen Butter in Flöckchen belegen. Den Auflauf im Ofen (Mitte, Umluft 180°) etwa 30 Min. backen.