

## Rezept

# Kartoffel-Kichererbsen-Pfanne mit Schnittlauchquark

Ein Rezept von Kartoffel-Kichererbsen-Pfanne mit Schnittlauchquark, am 25.03.2023

## Zutaten

|   |   |
|---|---|
| <b>500 g</b> vorwiegend festkochende Kartoffeln | Salz  |
| <b>½ Bund</b> Schnittlauch                      | <b>300 g</b> Magerquark                           |
| <b>6 EL</b> Milch                               | Salz  |
| Pfeffer (nach Belieben)                         | <b>1 Dose</b> Kichererbsen (265 g Abtropfgewicht) |
| <b>1</b> Schalotte                              | <b>2</b> Möhren                                   |
| <b>200 g</b> Zuckerschoten                      | <b>2 EL</b> Öl                                    |
| <b>200 g</b> Rinderhackfleisch                  | <b>1 TL</b> edelsüßes Paprikapulver               |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal, 14 g F, 28 g EW, 35 g KH

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffeln und 750 ml Salzwasser in einen Topf geben, aufkochen und die Kartoffeln darin zugedeckt bei mittlerer Hitze in ca. 15 Min. weich garen.
2. In der Zwischenzeit den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Quark und Milch glatt rühren und den Schnittlauch unterheben. Den Dip mit Salz und nach Belieben wenig Pfeffer abschmecken und bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.
3. Kichererbsen in ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Schalotte schälen. Möhren putzen und schälen. Beides klein würfeln. Zuckerschoten waschen und quer in fingerbreite Streifen schneiden.
4. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalottenwürfel und Hackfleisch zugeben und in 2 Min. krümelig braten. Kichererbsen, Möhren und Zuckerschoten zugeben und ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze mitbraten. Kartoffeln abgießen, ebenfalls in die Pfanne geben und alles unter gelegentlichem Rühren weitere 3 Min. braten. Die Hackfleisch-Pfanne mit Paprikapulver und Salz abschmecken, auf zwei Tellern anrichten und zusammen mit dem Schnittlauchquark genießen.