

Rezept

# Kohlrabi-Hackfleisch-Topf

Ein Rezept von Kohlrabi-Hackfleisch-Topf, am 25.04.2024

## Zutaten

<b>750 g</b> Kohlrabi	<b>1</b> Zwiebel
<b>1 EL</b> Rapsöl	<b>200 g</b> mageres Rinderhackfleisch
Salz	Pfeffer
<b>1 TL</b> getrockneter Thymian	<b>5 EL</b> Sahne

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal, 11 g F, 13 g EW, 7 g KH

## Zubereitung

### Kohlrabi vorbereiten

1. Kohlrabi waschen und wenn nötig schälen. Die Knolle halbieren und mit der Küchenmaschine in dünne Scheiben hobeln.
2. Die Kohlrabistiele klein schneiden, die Blätter grob hacken.

### Eintopf zubereiten

3. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
4. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel-Würfel darin anbraten.
5. Das Hackfleisch dazugeben, salzen und pfeffern. So lange braten, bis es bräunt.
6. Die Kohlrabischeiben und -stiele und den Thymian hinzufügen und zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 20 Min. garen. Wenn nötig, etwas Wasser dazugeben.
7. Nach 10 Min. die Kohlrabi-Blätter hinzufügen.

8. Mit Sahne, Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken. Dazu passen Pellkartoffeln oder Kartoffelpüree.