

## Rezept

# Spitzkohl mit Hackfleisch

Ein Rezept von Spitzkohl mit Hackfleisch, am 28.04.2025

## Zutaten

<b>1</b> kleiner Spitzkohl (ca. 700 g)	<b>2</b> Zwiebeln
<b>2</b> Fleischtomaten (ca. 300 g)	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>1</b> rote Chilischote	<b>2 EL</b> Rapsöl
<b>250 g</b> Rinderhackfleisch	<b>2 EL</b> Tomatenmark
Salz	Pfeffer
edelsüßes Paprikapulver	<b>300 g</b> Penne

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal

## Zubereitung

1. Spitzkohl vierteln, waschen, abtropfen lassen und den mittleren Strunk entfernen. Viertel in Streifen schneiden und beiseitestellen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Tomaten waschen und die Stielansätze entfernen. Tomaten halbieren und würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken.
2. Öl in einem großen Topf erhitzen, Hackfleisch, Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Paprikapulver darin unter Rühren so lange braten, bis das Fleisch krümelig und braun ist. Spitzkohl und Tomaten zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. schmoren. Eventuell etwas Wasser zugeben.
3. Inzwischen die Nudeln nach Packungsangabe in Salzwasser bissfest garen. Dann die Nudeln abgießen und unter den Spitzkohl mischen, eventuell etwas Nudelwasser zugeben.