



Spekulatius-Gulasch auf Pommes

dazu Rucola-Tomaten-Salat



ca. 45min



3-4 Personen

Kruidnoten sind ein typisch niederländisches Gebäck, das in der Sinterklaas-Zeit Anfang Dezember gegessen wird. In diesem Rezept werden die Spekulatiuskekse als Bindemittel und Geschmackskontrast für einen kräftigen Rinderhackeintopf mit feinen Säurenoten verwendet. Auf dicken belgischen Pommes mit Röstzwiebeln serviert, ist diese deftige Mahlzeit ein Glanzbeispiel für kulinarische Verbrüderung.

Was du von uns bekommst

- 3 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 500g Rinderhackfleisch
- 3 Päckchen BBQ-Sauce ^{1,5}
- 2 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 2 Tomaten
- 100g Rucola
- 100g holländische Spekulatiuskekse ³
- 2 Packungen Röstzwiebeln ³

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ⁴
- 4EL Mayonnaise ²
- 1TL Senf ⁵
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sellerie (1), Eier (2), Gluten (3), Milch (4), Senf (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1103kcal, Fett 65.0g, Kohlenhydrate 91.2g, Eiweiß 34.4g



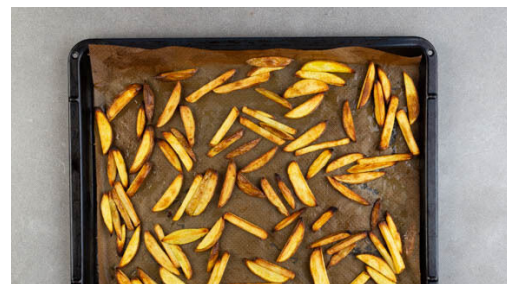
1. Karotte & Zwiebeln braten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** und die **Karotten** in einer großen Pfanne mit 4EL Butter und ½TL Salz bei mittlerer bis niedriger Hitze ca. 15Min. braten, bis die **Zwiebeln** goldbraun sind.



4. Salat zubereiten

Inzwischen 2EL Olivenöl, 1EL hellen Essig, 1TL Senf und 1 kräftige Prise Zucker zu einem **Dressing** verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Tomaten** in ca. 1cm breite Spalten schneiden, dann mit dem **Rucola** und dem **Dressing** vermengen.



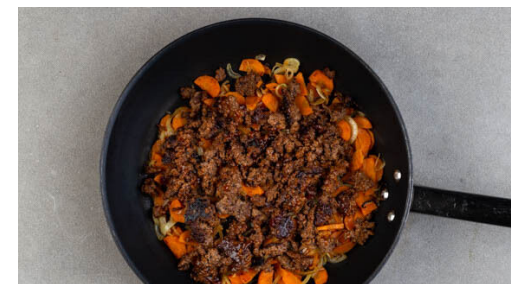
2. Pommes backen

Inzwischen die **Kartoffeln samt Schale** in fingerdicke Stifte schneiden, mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz vermengen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Die **Pommes** 20-25Min. im Ofen backen, bis sie goldbraun und knusprig sind.



5. Gulasch verfeinern

40g Kekse fein zerkrümeln. **Tipp:** Ein kleines Loch in die Tüte stechen und die Kekse in der Tüte mit dem Boden einer schweren Pfanne oder einem Nudelholz zerkrümeln. Die **Kekse** auf dem **Hackfleisch** verteilen und alles gut vermengen. Weitere 2-4Min. köcheln lassen, bis das **Gulasch** eingedickt ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Gulasch ansetzen

Die Pfanne mit dem **Gemüse** stark erhitzen. Sobald die Pfanne heiß ist, das **Hackfleisch** und 1TL Salz zugeben. Das **Hackfleisch** ca. 4Min. anbraten, bis es braun ist. Die **BBQ-Sauce**, die **Gewürzmischung**, 3EL hellen Essig und 500ml Wasser dazugeben und aufkochen. Anschließend bei niedriger Hitze 8-10Min. köcheln lassen.



6. Anrichten und servieren

Die **Pommes** auf Teller verteilen, das **Gulasch** darauf anrichten. Mit den **Röstzwiebeln** und je 1EL Mayonnaise garnieren. Den **Salat** dazu reichen.