



Spekulatius-Gulasch auf Pommes

dazu Rucola-Tomaten-Salat



ca. 45min



2 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

- 2 Zwiebeln
- 1 Karotte
- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 250g Rinderhackfleisch
- 2 Päckchen BBQ-Sauce ^{1,5}
- 1 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Tomate
- 50g Rucola
- 100g holländische Spekulatiuskekse ³
- 1 Packung Röstzwiebeln ³

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ⁴
- 2EL Mayonnaise ²
- ½TL Senf ⁵
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße 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 1216kcal, Fett 68.0g, Kohlenhydrate 110.6g, Eiweiß 35.8g



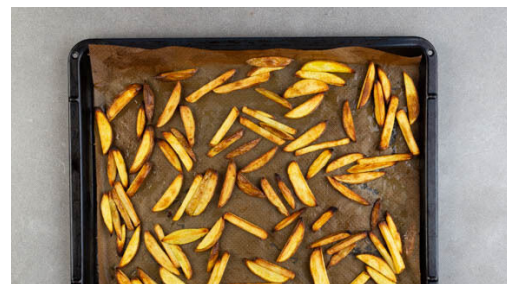
1. Karotte & Zwiebeln braten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** und die **Karotten** in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer bis niedriger Hitze ca. 15Min. braten, bis die **Zwiebeln** goldbraun sind.



4. Salat zubereiten

Inzwischen 1EL Olivenöl, ½EL hellen Essig, ½TL Senf und 1 Prise Zucker zu einem **Dressing** verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Tomate** in ca. 1cm breite Spalten schneiden, dann mit dem **Rucola** und dem **Dressing** vermengen.



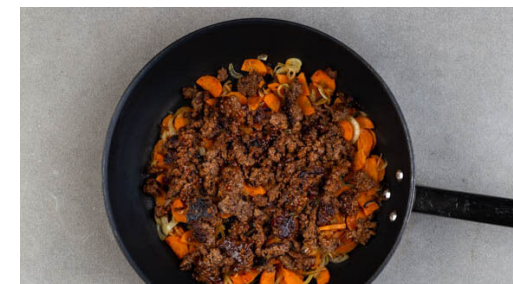
2. Pommes backen

Inzwischen die **Kartoffeln samt Schale** in fingerdicke Stifte schneiden, mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise 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

20g 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 ½TL Salz zugeben. Das **Hackfleisch** ca. 4Min. anbraten, bis es braun ist. Die **BBQ-Sauce**, die **Gewürzmischung**, 2EL hellen Essig und 300ml 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.