



Special XXL: Festlicher Shepherd's Pie

mit Rinderhack und Butternusskürbis



ca. 50min



2 Personen

Heute ist dein Tag, dein großer Tag. Um ganz genau zu sein: dein XXL-Tag! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringen willst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen willst - unsere doppelte Portion macht es möglich! Einmal kochen, zweimal genießen: Einfach, praktisch, lecker. (Dieses Rezept ergibt je nach gewählter Kochbox 4 oder 8 Portionen.)

- 2 Butternusskürbisse
- 500g Rinderhackfleisch
- 900g Spaghetti-Gemüsemix
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Dosen Tomatenmark
- 2 Päckchen Gulaschgewürz
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}

- 75g Butter ⁷
- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen und Auflaufform
- 2 große Töpfe
- Küchenwaage
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Kartoffelstampfer
- Sieb

Energie 832kcal, Fett 54.9g,
Kohlenhydrate 49.6g, Eiweiß 34.6g



1. Hackfleisch anbraten

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kürbisse** zum Kochen bringen. Das **Hackfleisch** in einem zweiten großen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze in 2-3Min. krümelig anbraten, aus dem Topf nehmen und beiseitestellen. Den Topf aufbewahren.



4. Füllung köcheln

Mit einem Messbecher **400ml Kochwasser** abschöpfen. Das **Hackfleisch** zurück in den Topf geben, dann den **Knoblauch**, das **Tomatenmark**, das **Gulaschgewürz**, das **Brühgewürz** und ½TL Salz hinzugeben. 1EL Mehl einrühren und langsam das **Kochwasser** angießen, dabei stetig rühren. Die **Füllung** bei mittlerer Hitze 3-5Min. köcheln lassen.



2. Kürbisse kochen

Die **Kürbisse** halbieren und das Innere mit einem Löffel herausschaben, dann schälen und in 3-4cm große Stücke schneiden. Die **Kürbisse** in das kochende Wasser geben und in 10-12Min. gar kochen. Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen.



5. Püree stampfen

Die **Kürbisse** in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und mit 60g Butter, 1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer zu einem groben **Püree** stampfen.



3. Gemüse anbraten

Den **Gemüsemix** in dem aufbewahrten Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 6-8Min. braten. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken.



6. Pie backen

Eine ca. 30x20cm große Auflaufform mit 1EL Butter einfetten, dann die **Hackfleischfüllung** hineingeben und das **Püree** darauf verteilen. Den **Käse** fein reiben und über das **Püree** streuen. Den **Pie** im oberen Teil des Ofens 5-7Min. backen, bis der **Käse** goldbraun zerlaufen ist. Den **Pie** etwas abkühlen lassen und servieren.