



Deftiges Chorizo-Schweinehack-Ragout

mit Süßkartoffel und Paprika



30-40min



2 Personen

Ein deftiges Ragout mit saftigem Schweinehack und würziger Chorizo für jede Lebenslage: es wärmt an einem kalten Abend, tröstet nach einem anstrengenden Tag und stärkt nach einer langen Nacht. Und wer kein gutes Vorbild sein muss, kann es sich auch ganz gemütlich auf dem Sofa schmecken lassen!

Was du von uns bekommst

- 2 rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Süßkartoffel
- 1 Packung Chorizo ⁷
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 1 Päckchen gemahlener Kreuzkümmel
- 1 Dose Tomatenmark
- 1 Päckchen Rinderbrühgewürz
- 5g frischer Majoran

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Kochtopf
- Sparschäler
- Messbecher

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

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 709kcal, Fett 43.7g, Kohlenhydrate 44.4g, Eiweiß 31.0g



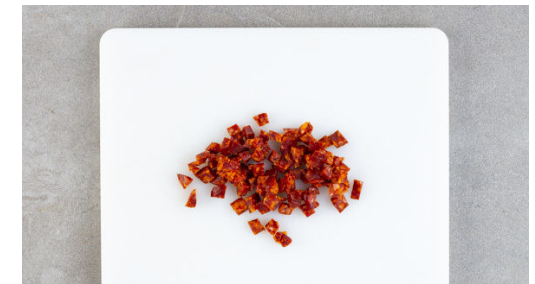
1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



2. Süßkartoffel rösten

Die **Süßkartoffel** schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen, gleichmäßig verteilen und ca. 15Min. im Ofen rösten.



3. Chorizo schneiden

Die **Chorizo** ggf. von der Pelle befreien und in kleine Würfel schneiden.



4. Ragout kochen

Das **Hackfleisch** und die **Chorizo** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten. Die **Zwiebeln** zugeben und 1-2Min. mitbraten. Mit je **1-2 Prisen Paprikapulver** und **Kreuzkümmel** bestäuben und das **Tomatenmark** unterrühren, dann mit 500ml Wasser ablöschen. Das **Brühgewürz** unterrühren und das **Ragout** 10-15Min. köcheln lassen.



5. Ragout fertigstellen

Die **Paprika** und den **Knoblauch** während der letzten ca. 5Min. dazugeben und mitköcheln lassen. Erneut mit dem **Paprikapulver**, dem **Kreuzkümmel** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Anrichten und servieren

Die **Majoranblättchen** von den Stängeln zupfen. Das **Ragout** mit den **Süßkartoffeln** und dem **Majoran** garnieren und servieren.