



Gemüseauflauf „Shepherd's Pie“-Style

mit Curry, Champignons, Rüben und Datteln



ca. 1h



3-4 Personen

Wer meint, dass der Shepherd's Pie nur mit einer Hackmischung zubereitet werden kann, der kennt unsere Variante noch nicht. Denn von Hack ist keine Spur. Heute geben wir dem Pie Gemüse wie Karotte und Speiserübe mit, vereint mit Champignons und Tomatenmark. Hinzu kommt, dass der Auflauf noch mit einem würzigen Currypulver und leckeren Datteln verfeinert wird. Hört sich gut an, was? So schmeckt es auch. Na dann, guten Hunger!

Was du von uns bekommst

- 2 Pck. festkochende Kartoffeln
- 2 Karotten
- 2 Speiserüben
- 500g Champignons
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Dosen Bio-Tomatenmark
- 2 Pck. Madras-Currypulver³
- 50g getrocknete Datteln

Was du zu Hause benötigst

- 5EL Butter²
- 2EL Weizenmehl¹
- Salz und Pfeffer
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- großer Topf mit Deckel
- mittelgroßer Topf
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb
- Kartoffelstampfer

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 530kcal, Fett 17.5g, Kohlenhydrate 79.9g, Eiweiß 12.9g



1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 2cm große Stücke schneiden, dann in das kochende Wasser geben und in 15-20Min. gar kochen.



4. Füllung zubereiten

Das **Tomatenmark** und 2EL Butter zum **Gemüse** geben und ca. 1Min. braten. Das **Currypulver** und den **Knoblauch** zugeben und ca. 30Sek. anbraten. 2EL Mehl, 2EL Essig und ca. **100ml Kartoffelwasser** einrühren. Vom Herd nehmen, die **Datteln** und je 1TL Salz und Pfeffer unterrühren und in eine große Auflaufform geben.



2. Gemüse kochen

Die **Karotten** ggf. schälen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die **Rüben** schälen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln. Alles in einem großen Topf mit 1EL Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer bis starker Hitze abgedeckt 10-12Min. braten, bis das **Gemüse** leicht weicht wird.



5. Pie backen

Das **Kartoffelpüree** auf der **Gemüsefüllung** verteilen und glatt streichen. Den **Pie** im Ofen 18-22Min. backen, bis die **Kartoffelschicht** zu bräunen beginnt. 5-10Min. abkühlen lassen, in Stücke zerteilen und servieren.



3. Kartoffeln stampfen

300ml Kochwasser abschöpfen, dann die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen. Zurück in den Topf geben und mit 2EL Butter und etwas **Kochwasser** zu einem cremigen **Püree** stampfen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



6. Duftige Knolle

Das würzige Curryaroma dieses köstlichen Auflaufs wird noch intensiver, wenn du zusätzlich ein wenig frischen Ingwer fein reibst und zusammen mit dem Knoblauch anbrätst. Der Duft (und Geschmack) wird dich umhauen!