



Deftiges Hackfleisch-Pilz-Ragout

mit Haferflocken-Käse-Crumble



40-50min



2 Personen

Wohltuend herhaft, sättigend und bodenständig - so könnte man das perfekte Wintergericht beschreiben. Mit diesem vollmundigen Ragout aus Rinderhack, Champignons und Karottchen kommen wir schon sehr nahe an Vollkommenheit heran. Und Welch eine grandiose Idee, es mit einer schmelzenden Lage aus würzigem Käse, Haferflocken und Schnittknoblauch im Ofen zu überbacken! Nun? Na also, perfekt!

Was du von uns bekommst

- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 1 Dose Tomatenmark
- 250g Champignons
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen Harissa-Gewürzmischung
- 10g Schnittknoblauch
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ⁷
- 300g Haferflocken ¹
- 1 Päckchen Backpulver

Was du zu Hause benötigst

- ca. 60g Butter ⁷
- ca. 20g Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Balsamicoessig ¹⁷

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher
- Küchenreibe

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 922kcal, Fett 55.0g, Kohlenhydrate 61.0g, Eiweiß 43.8g



1. Karotten braten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 50g Butter bis zur Verwendung in Step 4 im Kühlschrank aufbewahren. Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Karottenscheiben** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter und 1/2TL Salz bei mittlerer Hitze in ca. 5Min. weich braten.



2. Zwiebeln mitbraten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Zwiebelwürfel** und das **Tomatenmark** in die Pfanne geben und unter Rühren ca. 5Min. mitbraten.



3. Ragout köcheln

Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln, dann mit dem **Hackfleisch** und 1/2TL Salz in die Pfanne zu dem **Gemüse** geben und bei sehr starker Hitze ca. 3Min. goldbraun anbraten. Die **Hackfleisch-Mischung** mit 1TL Mehl bestäuben. Die **1/2 der Gewürzmischung**, 1EL Balsamicoessig, 175ml Wasser und 1TL Zucker einrühren und ca. 5Min. köcheln lassen.



4. Crumble vorbereiten

Den **Schnittknoblauch** in feine Ringe schneiden. Den **Käse** fein reiben. 50g Butter aus dem Kühlschrank nehmen und in kleine Würfel schneiden.



5. Crumble verkneten

Den **Käse** mit **100g Haferflocken**, **3/4 des Schnittknoblauchs**, **1TL Backpulver**, den Butterwürfeln, 1EL Mehl, 1 Prise Salz und 1/2TL Pfeffer zu lockeren Krümeln verkneten.

Tipp: Die übrigen Haferflocken zum Frühstück mit Joghurt und Früchten servieren.



6. Ragout überbacken

Das **Ragout** in eine kleine Auflaufform geben und gleichmäßig mit den **Crumble** bestreuen. Im Ofen 12-14Min. backen, bis die **Crumble** appetitlich gebräunt sind. Das **Ragout** auf Teller verteilen, mit dem **restlichen Schnittknoblauch** garnieren und servieren.