



Deftiges Hackfleisch-Pilz-Ragout

mit Haferflocken-Käse-Crumble



40-50min



3-4 Personen

Wohltuend herzhaft, sättigend und bodenständig - so könnte man das perfekte Wintergericht beschreiben. Mit diesem vollmundigen Ragout aus Rinderhack, Champignons und Karöttchen 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!

- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 2 Dosen Tomatenmark
- 500g Champignons
- 2 Packungen Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen Harissa-Gewürzmischung
- 20g Schnittknoblauch
- 3 Stücke italienischer Hartkäse ⁷
- 300g Haferflocken ¹
- 1 Päckchen Backpulver

- ca. 130g Butter ⁷
- ca. 40g Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Balsamicoessig ¹⁷

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

Energie 1010kcal, Fett 57.4g,
Kohlenhydrate 74.9g, Eiweiß 45.3g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 100g Butter bis zur Verwendung in Step 4 im Kühlschrank aufbewahren. Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Karottenscheiben** in einer großen Pfanne mit 2EL Butter und 1TL Salz bei mittlerer Hitze in ca. 5Min. weich braten.



Den **Schnittknoblauch** in feine Ringe schneiden. Den **Käse** fein reiben. 100g Butter aus dem Kühlschrank nehmen und in kleine Würfel schneiden.



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



Den **Käse mit 200g Haferflocken, 3/4 des Schnittknoblauchs, 2TL Backpulver**, den Butterwürfeln, 2EL Mehl, 1 kräftigen Prise Salz und 1TL Pfeffer zu lockeren Krümeln verkneten. **Tipp:** Die **übrigen Haferflocken** zum Frühstück mit Joghurt und Früchten servieren.



Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln, dann mit dem **Hackfleisch** und 1TL Salz in die Pfanne zu dem **Gemüse** geben und bei sehr starker Hitze ca. 3Min. goldbraun anbraten. Die **Hackfleisch-Mischung** mit 2TL Mehl bestäuben. Die **Gewürzmischung**, 2EL Balsamicoessig, 350ml Wasser und 2TL Zucker einrühren und ca. 5Min. köcheln lassen.



Das **Ragout** in eine mittelgroße 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.