

Bunter Hackfleischetopf mit frischem Gemüse

~~Geschmecktes mit Spargel~~

Zutaten für 4 Portionen:

1 große Zwiebel, 500 gr. gemischtes Hackfleisch (diese Woche bei uns im Angebot), 2 Knoblauchzehen, 4 große Kartoffeln, 1 Dose Tomaten püriert, 1 Liter Rinderfond, 4 große Karotten, 1 große rote Paprikaschote, 1/2 Stange Lauch, 1 Esslöffel getrocknete gemischte Kräuter, Kräutersalz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen, würfeln und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen, das Hackfleisch dazugeben und scharf anbraten. Das Gemüse putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden (Lauch und Möhren in feine Scheiben) in den Topf hinzu-geben und mit dem Rinderfond und den Tomaten köcheln. Die Knoblauchzehen pressen, hinzufügen und mit frisch gemahlenem Pfeffer und Kräutern deftig würzen. Die Kochzeit richtet sich nach der gröÙe der Gemüsestücke und wie knackig man es mag.

Wir wünschen viel Spaß beim Einkaufen und guten Appetit