Rote Bete mit Hackfüllung

Fleisch-Gerichte » Hackfleisch » Gemüse & Hackfüllung

Zutaten (4 Personen)

» 6 Knollen Rote Bete
» Salz & Pfeffer
» 1/2 Bd. Lauchzwiebel(n)
» 375g Hackfleisch
» 1 EL Semmelmehl
» 1 Ei(er)
» 1 TL Senf
» 1 Msp. gem. Kümmel
» 100ml Instant-Gemüse-Brühe
» 1kg Kartoffel(n)
» 200ml Milch
» 1 EL Butter/Margarine
» Muskat

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Rote Bete waschen, die Haut dabei nicht beschädigen. Knollen in Salzwasser ca. 20min kochen. Rote Bete aus dem Wasser nehmen, schälen, quer halbieren.

2. Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Mit Hackfleisch, Paniermehl, Ei und Senf verkneten. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen.

3. Rote-Bete-Hälften mit einem Teelöffel aushöhlen. Hackmasse in die Aushöhlungen geben. Rote Bete in eine flache Auflaufform setzen, Brühe erhitzen und zugießen. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C ca. 20min überbacken.

4. Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser ca. 15min garen. Kartoffeln abgießen. Milch erwärmen, zugießen und zerstampfen. Mit Butter verfeinern. Püree mit Salz und Muskat würzen. Mit Rote Bete auf Tellern anrichten.

Nährwerte: 390kcal/E22g/F8g/KH56g pro Portion

angelegt am: 29.01.2004 Rezept-Nr: 892

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke