

Wirsing-Hackfleisch-Auflauf



Zutaten (4 Personen):

- 500 g Kartoffeln
- 1 Wirsing (klein - ca. 800 g)
- 1 Zwiebel
- 400 g Hackfleisch (gemischt)
- 1 Ei
- 2 TL Paprikapulver (edelsüß)
- 2 EL Rapsöl
- 20 g Butter
- 20 g Mehl
- 125 ml Milch
- 250 ml Gemüsebrühe
- 100 g Gouda (gerieben)
- 20 g Paniermehl
- Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser etwa 20 min garen. Die Kartoffeln dann abgießen, unter kaltem Wasser abschrecken, pellen und vierteln. Dann den Wirsing putzen, in grobe Stücke schneiden und anschließend 5 Minuten in kochendem Salzwasser garen.

Die Zwiebel schälen und würfeln. Hackfleisch, Zwiebel und Ei verkneten, mit Salz, Pfeffer und 1 TL Paprika würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Hackfleisch in großen Stücken kurz darin anbraten. Die Butter in einem Topf erhitzen, Mehl darin goldgelb anschwitzen, mit Milch und Brühe ablöschen und aufkochen lassen.

2/3 des Käses einrühren und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Backofen auf 180 Grad Celsius Umluft vorheizen. Kartoffeln, Wirsing und Hackfleisch in eine große Auflaufform oder in einen großen länglichen Bräter schichten. Die Soße darüber gießen und im vorgeheizten Backofen ca. 20 min backen. Restlichen Käse, Paniermehl sowie dem restlichen TL Paprikapulver mischen und die Mischung 10 min. vor Ende der Garzeit über den Auflauf streuen.

Nährwertangaben: 617 kcal p.P., 35 g KH p.P.