

Hack- Paprika-Pfanne

Fleisch-Gerichte » Hackfleisch » Hack-Pfannen

Zutaten (4 Personen)

- » 600g Kartoffel(n)
- » 3EL Öl
- » 2 Zwiebel(n)
- » 1 rote Paprika
- » 1 grüne Paprika
- » 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 600g Hackfleisch
- » 2TL Tomatenmark
- » 150ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 500g Dosentomaten
- » Petersilie
- » 50g Crème fraîche

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Kartoffeln gründlich abbürsten und in Spalten schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin von allen Seiten ca. 10min anbraten.

2. Zwiebeln in Würfel und Paprika in Stücke schneiden. Lauchzwiebeln schräg in Ringe schneiden. Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und beiseite stellen. Hackfleisch in der Pfanne krümelig braten. Zwiebelwürfel, Paprika und Tomatenmark zufügen und ca. 2min mitbraten. Lauchzwiebel zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Brühe und passierte Tomaten zugießen. Ca. 4min köcheln.

3. Kartoffeln unter die Hackmischung geben und in der Soße erwärmen. Petersilie abzapfen und grob hacken. Hackpfanne mit der Petersilie bestreuen. Mit Crème fraîche servieren.

Nährwerte: 500kcal/E35g/F27g/KH28g pro Portion

angelegt am: 01.05.2003

Rezept-Nr: 307

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