

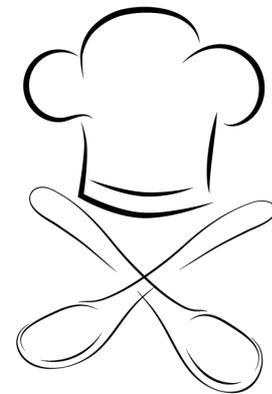


Unsere Rezeptempfehlung:

Griechischer Bohnen-Hack-Auflauf (4-5 Personen)

Zutaten:

300g grüne Bohnen
300g Kartoffeln
Bohnenkraut, Knoblauch, Thymian
1 Zwiebeln
200g Rinderhack
1 EL Olivenöl
100g weiße Bohnen
1 Dose Tomatenwürfel
100g Schafskäse
4 EL Milch
2 EL Sahne
Pfeffer, Salz, Zimt



Zubereitung:

Für den griechischen Bohnen-Hack-Auflauf grüne Bohnen in mundgerechte Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und in gleichlange Stifte schneiden. Beides in Salzwasser zusammen mit Bohnenkraut zum Kochen bringen und ca. 15 Minuten auf mittlerer Temperatur garen. Wasser abgießen und Gemüse abtropfen lassen. Inzwischen Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln. Zusammen mit dem mageren Rinderhack in Olivenöl krümelig anbraten. Mit Pfeffer, Salz und einer Prise Zimt würzen. Weiße Bohnen und Tomatenwürfel zufügen. Kurz aufkochen. Evtl. etwas nachwürzen. Grüne Bohnen, Kartoffeln und die Hackpfanne miteinander vermischen und in eine Auflaufform geben. Schafskäse in eine Schale geben und mit einer Gabel zerdrücken. Milch, Sahne, Pfeffer, Salz und Thymian mit dem Schafskäse vermischen und über den Auflauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 15. Minuten überbacken.

Guten Appetit!!!

Empfohlen von: Nicole