

# Shepherd's Pie mit Bio Rinderhackfleisch und käsigem Kartoffelpüree

40 – 50 Minuten • 1162 kcal • Tag 2 kochen

41



-  Bio Rinderhackfleischzubereitung
-  vorgegarte Kartoffelwürfel
-  braune Champignons
-  Karotte
-  Zwiebel
-  Petersilie glatt
-  Rosmarin
-  würziger Gouda, gerieben
-  mittelscharfer Senf
-  Tomatenmark
-  Worcester Sauce
-  Gewürzmischung „Hello Muskat“
-  Rinderbrühe

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz\*, Butter\*, Pfeffer\*, Wasser\*

## Kochutensilien

1 Auflaufform, 1 große Pfanne, 1 großer Topf,  
1 Kartoffelstampfer und 1 Sieb

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Bio Rinderhackfleischzubereitung	400 g	600 g	800 g
vorgearbeitete Kartoffelwürfel	800 g	1200 g	1600 g
braune Champignons	150 g	200 g	300 g
Karotte <b>DE   IL   NL   FR   IT   ES</b>	2	3	4
Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	2	2
Petersilie glatt/Rosmarin	10 g	10 g	10 g
würziger Gouda, gerieben <b>7)</b>	100 g	150 g	200 g
mittelscharfer Senf <b>9)</b>	10 ml	20 ml	20 ml
Tomatenmark	35 g	52,5 g**	70 g
Worcester Sauce	8 ml	8 ml	16 ml
Gewürzmischung „Hello Muskat“ <b>10)</b>	5 g	10 g	10 g
Rinderbrühe	6 g	8 g	12 g

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 990 g)
Brennwert	490 kJ/117 kcal	4862 kJ/1162 kcal
Fett	6,3 g	62,6 g
– davon ges. Fettsäuren	3,1 g	31,1 g
Kohlenhydrate	8,7 g	85,9 g
– davon Zucker	1,7 g	16,7 g
Eiweiß	6,4 g	63,7 g
Salz	0,61 g	6,1 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **7)** Milch (einschließlich Laktose) **9)** Senf **10)** Sellerie  
(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **IL:** Israel **NL:** Niederlande  
**FR:** Frankreich **IT:** Italien **ES:** Spanien **EG:** Ägypten



## Für die Kartoffeln

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Erhitze reichlich **Wasser\*** im Wasserkocher.

Reichlich heißes **Wasser** in einen großen Topf füllen, **salzen\*** und aufkochen lassen.

**Vorgearbeitete Kartoffelwürfel** darin 5 – 7 Min. garen, bis die **Kartoffeln** weich sind. Durch ein Sieb abgießen.



## Für den Kartoffelstampf

**Kartoffeln** zusammen mit „Hello Muskat“, **Gouda**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter\*** und 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser\*** zurück in den Topf geben und mithilfe eines Kartoffelstampfers zu einem **Stampf** verarbeiten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Währenddessen

Eine große Pfanne ohne Fettzugabe erhitzen.

**Bio Rinderhackfleisch** darin 4 – 6 Min. scharf anbraten.

In der Zwischenzeit **Karotte** halbieren und in 1 cm Halbmonde schneiden.

**Pilze** vierteln oder halbieren.

**Zwiebel** grob würfeln.



## Shepherd's Pie schichten

**Rosmarinstängel** aus dem **Fleischragout** entfernen und **Ragout** in eine große Auflaufform geben. **Kartoffel-Käse-Stampf** gleichmäßig darüber verteilen.

**Tipp:** Damit der Stampf oben knusprig wird, kannst Du ihn mit einer Gabel leicht einritzen.

**Shepherd's Pie** im Ofen 20 Min. goldbraun backen. In den letzten 3 Min. der Backzeit auf die Grillfunktion umstellen.



## Gemüse anbraten

**Karotte**, **Pilze** und **Zwiebel** in die Pfanne geben und weitere 3 – 4 Min. anbraten.

**Tomatenmark**, **Senf** und **Rosmarinzwige** hinzugeben und 1 weitere Min. anbraten.

**Pfannenhalt** mit 100 ml [150 ml | 225 ml] **Wasser\***, **Worcester Sauce** und **Rinderbrühe** ablöschen und 2 – 3 Min. einköcheln lassen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## Anrichten

**Petersilienblätter** grob hacken.

**Shepherd's Pie** mit **Petersilienblättern** garnieren und nach Belieben aus der Auflaufform servieren.

**Guten Appetit!**

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen  
Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

