



Polars Kochstudio 2013

Reis-/Wirsingauflauf *Von Sternennebel*

Total LECKER und herzhaft

Zutaten : 400- 450 g Hackfleisch

2 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

Pfeffer/Salz und Delikat

edelsüßen Paprika

1 kleinen Wirsing

4 Becher Reis

4 Becher saure Sahne oder Schmand

Den Wirsing gut waschen und in Streifen schneiden, ca 5 min kochen, kalt abduschen und dann abtropfen lassen.

Den Reis mit Gewürzen bissfest kochen und abtropfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch klein schneiden. Zwiebel glasig anbrutzeln und dann Salz, Pfeffer, Delikat und Knobi hinzu fügen. Paprikapulver (ca 1,5 El) unterrühren und umgehend mit ein wenig heißem Wasser aufgießen, dasmit der Paprika nicht anbrennt. Das geht sehr schnell. Das hack in kleinen Flocken in die Pfanne geben. Unter Rühren schön vor sich hin brutzeln lassen bis es gar ist.

Dann alles in eine Auflaufform schichten:

1. dünne Schicht Wirsing , darauf saure Sahne
 2. Reis
 3. Hack mit Bratensaft
 4. Wirsing
 5. saure Sahne
2. Dies in die Röhre schieben, bis sich die Decke knusprig färbt.

Es bleibt natürlich jedem selbst überlassen, wie viele Schichten er gern hätte. Man muss dann die Zutaten in der Menge entsprechend anpassen.

Gutes Gelingen und Guten Appetit
Wünschen Sternennebel & Polar

