

Liebblingsgericht 7 von Klara Wabenstein: Würzig-fruchtiges Hackragout

Zutaten:

500 g gemischtes Hackfleisch
50 g geräucherter Bauchspeck
1 kleiner Apfel
4 Champignons
1 kleine Karotte
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
1 EL Mehl
Salz, Pfeffer, Paprikapulver (edelsüß)
1 TL Senf (mittelscharf)
1 EL Saure Sahne
1 TL Thymian & 1 TL Majoran (getrocknet)
1 TL Liebstöckel (getrocknet) & 1 Lorbeerblatt
1 TL Petersilie (frisch gehackt oder getrocknet)
150 bis 200 ml Wasser (oder frische Brühe, falls zur Hand)
etwas neutrales Öl zum Anbraten

Vorbereitung:

Zwiebel, Karotte und Knoblauch schälen. Zwiebel fein würfeln, Karotte grob raspeln und Knoblauch hacken. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Bauchspeck in Streifen schneiden. Apfel entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Zubereitung:

Geschnittene Champignons in einem heißen Topf (zunächst ohne Öl) kräftig anrösten. So wird das Aroma intensiver. Dann ein wenig Öl, gewürfelte Zwiebel und Apfel zufügen und weiter anrösten. Sobald die Zwiebel ein wenig Farbe angenommen hat, Hackfleisch, Bauchspeck und gehackten Knoblauch hinzugeben und das Ganze weiter anbraten, bis das Hack halbgar ist. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Thymian würzen und Butter in den Topf geben. Gut umrühren. Sobald die Butter geschmolzen ist, kommt das Mehl dazu. Alles ca. 1 Minute rösten. Immer weiter gut umrühren. Nun mit etwas Wasser oder Brühe ablöschen - noch nicht mit der ganzen Menge, sondern nach und nach. Es soll keine Hackfleisch-Sauce, sondern ein Ragout werden. Flüssigkeit während dem Kochvorgang entsprechend anpassen.

Geraspelte Karotte, Liebstöckel und Lorbeer zufügen. Aufkochen lassen und dann bei sanfter Hitze mit Deckel etwa 5 Minuten köcheln lassen. Zwischendurch umrühren. Deckel abnehmen, Saure Sahne einrühren und kurz weiter im offenen Topf köcheln lassen. Abschließend Senf unterrühren sowie Majoran und Petersilie zufügen und alles noch mal abschmecken. Fertig ist das würzig-fruchtige Hackragout!

Dieses Herbstgericht ist variabel kombinierbar mit Nudeln, Reis oder Kartoffeln.

Das Rezept ist für drei bis vier Personen – je nach Hunger. Für mehr oder weniger des leckeren Hackragouts rechne die Menge der Zutaten einfach entsprechend hoch oder herunter.