Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



HACHIS PARMENTIER MIT ROTKOHL

ZUBEREITUNG: 35 MIN. · KOCHZEIT: 20 MIN. · BACKZEIT: 18 MIN.

Wenn Kinder einen Riesen Hunger haben, muss etwas deftiges auf den Tisch kommen. In Frankreich ist ein **Hachis Parmentier** immer eine gute Idee als **Hauptspeise für Kinder.** Es ist auch das perfekte Rezept, um Gemüse zu verstecken. Diesmal habe ich es mit Rotkohl probiert, also so etwas wie eine **Deutsch-Französische Speise**! □□

Rotkohl passt immer und mit Kartoffelpüree kann man direkt den Saft darin mischen …. Délicieux.

Um Gemüse zu verstecken, gibt es 2 Möglichkeiten: entweder es klein schneiden und mit dem gebratene Hackfleisch mischen oder als eine andere Schicht (wie das Püree und das Fleisch) in der Speise einbauen.

Wenn Kinder eine Sorte Gemüse nicht so mögen (Zucchini und Co. z.B.), ist es ratsam, es klein zu reiben und mit dem Fleisch zu braten. Das Pfannengemüse wird so die Brataromen des Fleisches aufnehmen. □□ Man muss doch wissen, wie man tricksen kann, oder?

Ich mag aber auch die Variante mit den Schichten, weil es schöner aussieht und man die verschiedenen Texturen und Farben sehen kann. Es ist viel appetitlicher. Aber jeder kennt sein/e Kind/er am besten und sollte sich für seine/ihre Bedürfnisse entscheiden.

Und so einfach geht das Rezept…. (und ja, ich habe fertig gekaufte (TK) Rotkohl genommen. In Deutschland schmeckt es wirklich gut)

Zutaten für ein Hachis Parmentier mit Rotkohl für 4-5 Personen:

Kartoffelpüree: 700g Kartoffeln (gekocht), 100 bis 125 ml Milch, 40 g Butter, Salz, Pfeffer, Muskatnuss.

Fleischschicht: 400-450 g Hackfleisch, 20 g Butter, 150 g Champignons, 1 Zwiebel, 1 Nelke, 1 Lorbeerblatt, Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer.

Rotkohl Schicht: 450 g (ungefähr) Apfel-Rotkohl.

100-150 g Emmentaler Käse zum Gratinieren.

1- In einer Pfanne die Butter schmelzen und das Fleisch anbraten. Die Zwiebel schälen und in kleinen Würfel schneiden und mit den Gewürzen und Kräutern dazu geben. Dann die Champignons putzen, in Scheiben schneiden und ebenfalls dazu geben. Köcheln lassen.

2- Das Kartoffelpüree zubereiten:

Die warmen vorgekochten Kartoffeln schälen und durch ein „Flotte Lotte“ geben oder mit dem K vom Kitchen Aid platt rühren □□ . Mit Milch cremig rühren (also bitte nicht die ganze Milch auf

einmal). Ich brauche manchmal mehr oder weniger Milch. Wenn das Püree die gewünschte Konsistenz erreicht hat, noch ein bisschen Butter eingeben, rühren und mit Salz-Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

3- Den Rotkohl kurz köcheln lassen, um ein bisschen Wasser zu verlieren.

4- In einer Auflaufform den Rotkohl verteilen …..

Darauf die Fleisch-Champignons-Pfanne geben …. und mit Kartoffelpüree bedecken.

Für die kleinen Gourmands, kann man noch geriebenen Käse oben bestreuen und für 15 bis 20 Minuten bei 180°C Umluft leicht erwärmen und am Ende gratinieren.

Et voilà! Schön cremig und lecker….

Wir genießen noch dazu einen kleinen Salat und ein großes Glas selbstgemachte Limonade … Kindheitserinnerung schmecken doch immer lecker oder?

Bon Apétit et à bientôt

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de