

WIRSING-HACKFLEISCHPFANNE MIT SENF-SAHNESAUCE

WIRSING-HACKFLEISCHPFANNE MIT SENF-SAHNESAUCE

Ich muss mich ja immer ein bisschen dazu zwingen Ordnung im Tiefkühler zu halten – da landet mal etwas Hackfleisch drin, ein Hähnchenbrustfilet hier oder ein paar Bratwürste da... und natürlich auch fertige Suppen, Saucen oder Pulled Beef. Von Brot, Gemüse und Eiscreme mal ganz zu schweigen. Damit ich also nicht im Tiefkühlchaos versinke versuche ich zwischendurch immer wieder mal ganz bewusst eine Woche aus meinen Vorräten zu kochen und auch die Reste im Kühlschrank aufzubrauchen. Ein Ergebnis dieser Restekocherei ist diese Wirsing-Hackfleischpfanne mit Senf-Sahnesauce – Reis habe ich nämlich immer da, Senf steht auch im Kühlschrank. Das Hack habe ich aufgetaut und ein angefangener Wirsing und etwas Creme fine haben sich gemütlich im Kühlschrank getummelt. Schnell, lecker und unkompliziert, es ist doch immer wieder erstaunlich was für leckere Rezepte man zaubern kann ohne extra einkaufen zu müssen.

Wenn ihr mal schauen möchtet was ich in letzter Zeit sonst noch so gezaubert habe könnt ihr ja mal in die Rezension zu „[Leftover](#)“ schauen, außerdem gab es die Tage Bratwürste mit Sauerkraut und Kartoffelpüree und Pulled Beef in Tomatensauce mit Kichererbsen. Nicht aufregend genug um hier ein Rezept daraus zu machen, aber vielleicht inspiriert das ja den einen oder anderen von euch auch zur Resteverwertung. Lasst euch aber nicht davon aus der Ruhe bringen, dass ich hier die ganze Zeit von Resten schreibe – ihr könnt für diese leckere Reispfanne natürlich auch einkaufen gehen!



ZUTATEN FÜR 3 PERSONEN:

120g Reis

ca. 250g Rinderhackfleisch

1 kleine Zwiebel

1 TL Rapsöl

Pfeffer & Salz

1 EL Mehl

1 Tasse leichte Gemüsebrühe

4-5 Blätter Wirsingkohl

50ml Schlagsahne (hier Rama Creme fine)

1 EL Senf

1/2 Zitrone

ZUBEREITUNG:

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Aus den Wirsingblättern die Blattrispen schneiden und die Blätter in Streifen schneiden.

Den Reis in einem kleinen Topf nach Packungsanleitung zubereiten. In dieser Zeit das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch krümelig anbraten. Die Zwiebel dazu geben und glasig anschwitzen. Das Fleisch mit Pfeffer und Salz kräftig würzen und mit dem Mehl bestäuben. Kurz anbraten und den Wirsing untermengen. Alles mit der Brühe ablöschen und einmal aufkochen. Die Hackfleischpfanne köcheln lassen bis der Wirsing zusammenfällt und dann die Sahne und den Senf einrühren.



Alles mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Den fertig gegarten Reis dazu geben und die Wirsing-Hackfleischpfanne mit Senf-Sahnesauce auf tiefe Teller verteilen.

Guten Appetit!



© katha-kocht!