



Hackauflauf mit Gemüse und Reis

Zutaten

- 2EL Öl
- 1 Knoblauchzehe
- 500g gemischtes Hackfleisch
- Salz
- Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 250g Langkornreis
- 400g Tomaten
- 300g Auberginen
- 300g Zucchini
- 300g gelbe Paprikaschoten
- 6EL Olivenöl
- 200ml Sahne
- 2 Eier
- 2 Bundfrisch gehackte gemischte Kräuter
- 20g Butter

Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch schälen und hacken. Hackfleisch mit Knoblauch im heißen Öl anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Den Reis in etwa 500 ml Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Dann abgießen und abtropfen lassen.

Gemüse putzen und in Scheiben bzw. Paprika in Stücke schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und nacheinander Auberginen, Zucchini und Paprika darin von beiden Seiten etwa 3 Minuten braten und würzen.

Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen. In eine Auflaufform abwechselnd neben- oder übereinander Gemüse, Reis und Hackfleisch legen bzw. schichten. Die Sahne mit Kräutern und Eiern mischen und darüber gießen. Im Ofen etwa 30 Minuten backen. Die geschmolzene Butter nach und nach darüber geben.