Haschee mit Basmatireis



Mit viel leckerer Sauce

Essen Sie gerne Hackfleisch? Einerlei, ob Rind, Schwein, Pute oder Pferd. Mit Hackfleisch lassen sich ja sehr wohlschmeckende Gerichte zubereiten. Denken Sie nur an den Klassiker einer Spaghetti Bolognese.

Aber mit Hackfleisch lässt sich auch ebenso ein einfaches, in der deutschen Küche sehr wohlbekanntes Gericht zubereiten: ein Haschee. Dazu brauchen Sie nur einige wenige weitere Gemüsezutaten. Und für den vollen Geschmack verwenden Sie für die Sauce am besten einen selbst zubereiteten Bratenfond aus Knochen, Gemüseabfällen und Rotwein. Dann wird das Haschee so richtig lecker.

Als Beilage können Sie unter mehreren auswählen, entweder Reis der unterschiedlichsten Art. Oder Nudeln der unterschiedlichsten Art. Schließlich kommen auch noch Kartoffeln oder Knödel in Frage. Oder sogar etwas

ausgefalleneres wie Bulgur oder Polenta.

Für 2 Personen:

- 500 g Rinderhackfleisch
- 1 große Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 5 braune Champignons
- 400 ml Bratenfond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 1 Tasse Basmatireis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.



Eine einfache Zubereitung für Hackfleisch
Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In

eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch darin einige Minuten kross anbraten. Gemüse dazugeben und mit anbraten. Mit dem Fond ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles vermischen und zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Reis in einem Topf mit der doppelten Menge an kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Sauce des Haschees abschmecken,

Reis zum Haschee geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Haschee und Maultaschen

Bei diesem Rezept treffen sich zwei Welten.

Einmal die europäische oder besser gesagt deutsche Welt mit schwäbischen Maultaschen.

Dann die arabische und asiatische Welt mit dem Haschee, das ich mit Baharat, Ingwer und Curry würze.

Die Maultaschen, als Convenience-Produkt, gelingen natürlich gut und lecker.

Und das Haschee natürlich auch, es hat aufgrund der verschiedenen Gewürze doch einen sehr leckeren und interessanten Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:552]

Pansen-Haschee in Curry-Sahne-Sauce mit Bandnudeln



Würzig, kräftig, schmackhaft

Nun folge ich dem gleichen Prinzip wie vor einiger Zeit, als ich mehrere Gerichte in der Friteuse zubereitet hatte. Denn die Friteuse stand ja jeweils am Folgetag noch „ausgepackt“ in der Küche, also konnte ein weiteres Gericht folgen. Nun habe ich bei einem anderen Gericht gerade den Fleischwolf verwendet, also kann ich ihn auch noch für ein weiteres Gericht verwenden.

Pansen sind Innereie, aber sie bestehen vorwiegend aus Muskelfleisch. Daher kann mit ihnen auch die meisten Gerichte zubereiten, für die man das gewohnte Muskelfleisch verwendet,

wie z.B. Ragout oder auch Rouladen.

Aus diesem Grund gebe ich Pansen einmal durch den Fleischwolf und bereite Pansen-Hack zu. Mit diesem bereite ich ein Haschee in einer Curry-Sahne-Sauce zu. Beim Anbraten behält das Pansen-Hack nicht wie gewöhnliches Hackfleisch seine Form, sondern zerfällt zu einer Art grobem Brei. Ich gare jedoch das Pansen-Hack wie ein gutes Haschee eine Stunde für viele Aromen.

Pansen kocht man vor der eigentlichen Zubereitung erst 3–4 Stunden in Gemüsefond. Da man für diese Zubereitung doch eine größere Menge benötigt, braucht man hierfür nicht den guten, selbst zubereiteten Fond verwenden. Hier kann man durchaus einmal auf Gemüse-Brühwürfel oder -Brühpulver ausweichen. Den verwendeten, sehr aromatischen Fond übrigens nach dem Garen nicht weggwerfen, er findet zum Teil noch Verwendung im Haschee.

Das Haschee ist würzig, kräftig und sehr schmackhaft.

Dazu gibt es als Beilage einfach Pasta.

Zutaten für 1 Person:

- 300 g Pansen
- 125 g gewellte Bandnudeln
- 1 l Gemüsefond
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 200 ml Gemüsefond
- 3 TL Hot Madras Curry Pulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 4 Stdn.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen und Pansen darin zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden köcheln lassen. Herausnehmen, auf einen Teller geben und abkühlen lassen.

Pansen in kleine Stücke schneiden und durch den Fleischwolf in eine Schüssel geben.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Eine Portion Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotte und Knoblauch darin andünsten. Pansen-Hack dazugeben und mit anbraten. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Sahne dazugeben. Dann Fond dazugeben. Röststoffe gut vom Boden des Topfes ablösen. Dann Curry hinzugeben. Alles verrühen und zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben, großzügig Haschee mit viel Sauce darüber verteilen und alles servieren. Etwas kleingeschnittene, frische Petersilie zum Garnieren wäre optisch noch schön gewesen, ich hatte keine frische mehr zuhause vorrätig.