Hackfleisch-Bohnenauflauf
bei SehrLecker.de

Die Zutaten:

400 gr weiße Bohnen, 0,125 l Olivenöl, 700 gr Gemüsezwiebel, 400 gr Paprikaschoten, 400 gr gemischtes Hackfleisch, 3 Knoblauchzehen, frischgemahlenen weißen Pfeffer, 1 Teelöffel edelsüßes Paprikapulver, 0,25 l Würfelbrühe, Fett für die Form.

Die Vorbereitungen:

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser in einer Schüssel einweichen.
Am nächsten Tag soviel Wasser abgießen, daß die Bohnen nur noch knapp bedeckt sind. Bei mittlerer Hitze die Bohnen im Einweichwasser ca.1 Stunde köcheln lassen, dabei öfter umrühren, dann die Bohnen auf ein Sieb abtropfen lassen.

Die Zubereitung:

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und beides kleinschneiden, im erhitzten Öl in einer Pfanne glasig dünsten.
Den Paprika waschen, vorbereiten und kleinschneiden dann zu den Zwiebeln geben.
Das Hackfleisch dazugeben und alles unter Rühren und kräftig durchschmoren, mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken.
Eine Form fetten und abwechselnd das Hackfleisch und die Bohnen hineinschichten. Die letzte Schicht sollte aus Hackfleisch-Paprika-Masse bestehen, die jedoch nur dekorativ in der Mitte eingeschichtet wird, dann mit der Brühe angießen.
Der Auflauf sollte mit Alufolie abgedeckt werden, damit er nicht zu stark bräunt und zu trocken wird.
In der auf 225 Grad vorgeheizten Röhre ca. 45 Min. backen.

Dieses Rezept finden Sie unter: www.sehrlecker.de