

Mini-Falscher-Hase

Zubereitet mit: Pfanni

ca. 45 min | normal

Zutaten

für 6 Portionen

- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 700 g Karotten
- 80 g Butter
- 350 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Ei
- 3 EL Semmelbrösel
- 2 EL Magerquark
- 1 EL Tomatenmark
- 2 EL Senf
- 1 1/2 TL Jodsalz
- Pfeffer
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Bund Estragon
- 1 unbehandelte Zitrone
- 200 ml Gemüsefond
- 200 ml Kochsahne (15% Fett)
- 1/2 TL Zucker
- 3 EL MONDAMIN Saucenbinder für helle Saucen
- 2 Beutel PFANNI Kartoffel Püree - Das Lockere
- 200 g Schmand

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	2507 kJ
Energie (Kilokalorien):	600 kcal
Fett:	38 g
davon gesättigte Fettsäuren:	21 g
Kohlenhydrate:	39 g
davon Zucker:	15 g
Ballaststoffe:	6,7 g
Eiweiß:	20 g
Salz:	2,2 g

Zubereitung

1. 1 Bund Frühlingszwiebeln waschen und putzen. 3 Frühlingszwiebeln der Länge nach halbieren und die restlichen Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. 700 g Karotten waschen, putzen und schälen. 2 Karotten mit dem Sparschäler längs in Scheiben schneiden, die restlichen Karotten längs vierteln.

2. Halbierte Frühlingszwiebeln und lange Karottenscheiben in kochendem Wasser 1 Minute blanchieren. In eiskaltem Wasser abschrecken und auf Haushaltspapier gut abtropfen lassen.

3. Muffinform oder kleine Portionsförmchen bzw. Tassen (175 ml Inhalt) mit 10 g Butter bepinseln. Mit Karottenscheiben und Lauchzwiebeln auslegen.

4. Für die Hackmasse 350 g Hackfleisch mit der Hälfte der Frühlingszwiebelringe, Ei, 3 EL Semmelbrösel, 2 EL Quark, 1 EL Tomatenmark, 2 EL Senf, 1/2 TL Salz und Pfeffer verkneten. Masse in die Förmchen geben. Mini-Flasche-Hasen im vorgeheizten Backofen bei 190° (170° Umluft) ca. 20-23 Minuten auf der mittleren Schiene backen.

5. Inzwischen je 1 Bund Petersilie und Estragon waschen und trocken schwenken. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein schneiden, anschließend beiseitestellen. Zitrone waschen, abtrocknen und die Schale dünn abreiben. 30 g Butter schmelzen und die restlichen Frühlingszwiebeln darin glasig dünsten. Mit 200 ml Gemüsefond und 200 ml Kochsahne ablöschen und mit Salz, Pfeffer, 1/2 TL Zucker und 1 TL abgeriebener Zitronenschale würzen. Sud aufkochen und mit 3 EL MONDAMIN Saucenbinder für helle Saucen binden. Sauce mit 2-3 TL Zitronensaft abschmecken. Karottenviertel mit 40 g Butter, 75 ml Wasser und Salz zugedeckt 5 Minuten dünsten.

6. PFANNI Kartoffelpüree nach Packungsanweisung zubereiten. Anstelle der angegebenen Milch 200 g Schmand unterrühren. Kräuter zur Sauce geben.

7. Mini-Falschen-Hasen mit den Karottenvierteln und der Sauce anrichten und mit PFANNI Kartoffelpüree servieren.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 45 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH
Kontakt aufnehmen