# Rindshackfleisch mit Shiitake und Kürbis

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 45 min

Aktivzeit: 45 min

Einfach



## Zutaten

für 4 Personen

| | |
|---|---|
| **600 g** | Hackfleisch vom Schweizer Rind |
| **1 Stange** | Lauch |
| **400 g** | Kürbis (z.B. Hokkaidokürbis) |
| **500 g** | Shiitake-Pilze |
| **3 EL** | HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl |
| | Salz |
| | schwarzer Pfeffer aus der Mühle |
| **2 Zweige** | Salbei |
| **2 EL** | körniger Senf |
| **300 g** | Hörnli |
| **180 g** | Sauerrahm |

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

| | |
|---|---|
| **783** | kcal |
| **48 g** | Eiweiss |
| **59 g** | Kohlenhydrate |
| **37 g** | Fett |

enthält Gluten

enthält Laktose

### Tipp

Dieses herbstliche Teigwarengericht schmeckt auch mit Lammhackfleisch oder mit Geschnetzeltem vom Rind hervorragend.

## Zubereitung

1. Hackfleisch 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

2. Lauch waschen und in feine Ringe schneiden, Kürbis schälen und in feine Streifen schneiden, Shiitake mit einem Pinsel putzen und in dünne Scheiben schneiden.

3 Öl in einer grossen Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Fleisch darin portionsweise anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Pilze im Bratfett unter Wenden bei mittlerer Hitze 3–4 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Salbei in feine Streifen schneiden und unterrühren. Lauch und Kürbis zugeben und anbraten.

4 Hackfleisch wieder zugeben. Mit Senf kräftig würzen und alles 5–6 Minuten braten.

5 In der Zwischenzeit Hörnli nach Packungsanleitung garen, abgiessen und mit dem Hackfleisch in Tellern anrichten. Sauerrahm dazu servieren.