

Kürbis-Hackfleisch-Auflauf

Zutaten für 2 Personen

Zubereitungszeit 60 Minuten

Schwierigkeit normal

Zutaten

- 1 Stück Hokkaido Kürbis
- 2 EL Olivenöl
- 0.5 TL Salz
- 1 Stück Lauchzwiebel
- 1 Stück Möhre
- 2 EL Rapskernöl oder Rapsöl
- 250 g Hackfleisch
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Stück Mozzarella



Zubereitung

Den Kürbis halbieren, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Eine Auflaufform mit Olivenöl bestreichen und die Kürbisspalten hineinlegen, leicht salzen und in den Backofen (Umluft 180 °C) geben. In der Zwischenzeit die Lauchzwiebel waschen, in Ringe schneiden und die Möhre schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Rapskernöl in der Pfanne erhitzen, das Gemüse kurz anbraten, dann das Hackfleisch dazugeben und mit Tomatenmark, Salz und Pfeffer würzen und weiter braten. Wenn die Kürbisspalten weich sind (nach etwa 15 Minuten), das Hackfleisch mit dem Gemüse darauf geben. Den Mozzarella in kleine Stücke schneiden und darauf verteilen. Erneut in den Backofen schieben und backen, bis der Käse gold braun ist.