

Kürbis-Maroni-Ofengemüse mit Rindshackfleisch-Chili und Pilawreis



REZEPT FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN KÜRBIS-MARONI-OFENGEMÜSE:

- 1 kg Kürbis, Sorte Potimarron eignet sich sehr gut
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Butter
- 300 g Maroni, geschält
- Je 1 Zweig Thymian und Rosmarin
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Zucker

ZUTATEN RINDSHACKFLEISCH-CHILI:

- 500 g Rindshackfleisch
- 2 EL Olivenöl
- 2 Zwiebeln, fein geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 2 EL Tomatenpüree
- 3 grosse Tomaten, gewürfelt
- 1 Peperoncini, fein geschnitten
- 2 TL mildes Paprikapulver
- ½ TL Kreuzkümmelpulver
- 200 g getrocknete Kidneybohnen, über Nacht eingeweicht
- 2 dl Schwarzbier
- 3 dl Bouillon
- Salz, Peperoncini nach Belieben

ZUTATEN PILAWREIS:

- 200 g Parboiled Reis
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 4 cl Weisswein
- 5 dl Geflügelbouillon
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG KÜRBIS-MARONI-OFENGEMÜSE:

Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in schmale Spalten schneiden.

Mit den restlichen Zutaten in eine Schüssel geben, würzen und gut mischen.

Auf ein Backblech legen und im Ofen bei 180°C 15–20 Minuten backen.

ZUBEREITUNG RINDSHACKFLEISCH-CHILI:

Hackfleisch im heissen Öl gut anbraten. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und kurz anschwitzen. Tomatenpüree, Peperoncini, Tomatenwürfel und Bohnen zufügen, mit Paprikapulver und Kreuzkümmel bestäuben. Mit Bier ablöschen und mit Bouillon aufgiessen.

Alles aufkochen und zugedeckt ca. 60 Minuten köcheln lassen, bis die Bohnen gar sind.

Mit Salz und nach Belieben mit gehacktem Peperoncini pikant abschmecken.

ZUBEREITUNG PILAWREIS:

Zwiebel in Butter andünsten. Reis zugeben und mitdünsten, bis er glasig ist.

Mit Weisswein ablöschen und mit Bouillon auffüllen.

Lorbeerblatt zugeben, aufkochen. Zugedeckt im Ofen bei 200°C ca. 30 Minuten dünsten, bis keine Flüssigkeit mehr zu sehen ist.