

Gefüllte Kohlrabi

Zutaten:

200g gemischtes Hackfleisch
150 g Kräuter z.B. Bärlauch oder eine Mischung aus Petersilie, Thymian und Rosmarin
4 Tomaten
4 mittelgroße Kohlrabi
1 Zwiebel
2 Eier
1 Kochbeutel Wildreismischung
1 EL Butter
Salz
Pfeffer
Paprikapulver

Zubereitung:

Backofen auf 180 ° vorheizen. Kohlrabi schälen und mit einem Ausstecher oder scharfen Löffel aushöhlen und einen Deckel anschneiden. Fünf Minuten garen.

Den Reis gar kochen und beiseite stellen.

Zwiebel schälen, würfeln und anbraten.

Hackfleisch hinzugeben und bröselig anbraten. Mit Pfeffer, Paprika und Salz würzen.

Die Tomaten waschen und in Würfelchen schneiden, ebenso den Bärlauch waschen und klein hacken.

Hackfleisch, Reis, Bärlauch, Tomaten und Eier vermischen, abschmecken und in die Kohlrabi füllen. Diese in einer Auflaufform für eine gute halbe Stunde backen und heiß servieren.

