



## Shepherd's Pie – Hackauflauf mit Kartoffelpüree

Rezept von Mario Kotaska

### Zutaten (für vier Portionen)

400 g mehlig kochende Kartoffeln, geschält  
500 g Weißkohl  
400 g Hackfleisch vom Lamm  
500 ml Fleisch- oder Geflügelbrühe  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe (optional)  
150 ml Milch  
50 g Butter  
1 Ei  
1 EL Tomatenmark  
1 EL Worcestershiresauce  
Öl zum Braten  
1 EL brauner Zucker  
Rosmarin, Thymian, Muskatnuss, Salz, Pfeffer, Kümmel (optional)

### Zubereitung (circa 45 Minuten)

Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser 20 bis 30 Minuten weichkochen. Weißkohl fein schneiden oder hobeln. Das Hackfleisch in Öl zusammen mit gewürfelten Zwiebeln, Knoblauch, Salz, Pfeffer, frischem Rosmarin und Thymian scharf anbraten. Etwas Tomatenmark zugeben und leicht bräunen. Ablöschen mit Worcestershiresauce und Fleischbrühe.

Etwas Butter in einen Topf geben und den Weißkohl mit Kümmel, einer Prise Salz und etwas Zucker ebenfalls scharf anbraten. Einen Schuss Brühe hinzugeben, Temperatur zurückstellen und noch ein wenig mit Deckel weichgaren.

Für das Kartoffelpüree Milch mit einem Stück Butter, Salz, Pfeffer und Muskatnuss erhitzen. Kartoffeln abgießen, gut ausdampfen lassen und mit dem Kartoffelstampfer zerkleinern. Dann mit einem Schneebesen unter langsamer Zugabe von heißer Milch zu einem festen, aber feinen Püree schlagen, das keine Stücke enthalten darf. (Tipp: nicht zu viel Milch auf einmal zugeben, sonst verkleistert das Püree.) Dieses Püree nun in einen großen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen. In eine gefettete und am besten beschichtete Auflaufform zuerst Weißkohl, dann Hackfleisch schichten. Dann das Kartoffelpüree in Rosetten aufspritzen. (Tipp: „Hügel“ statt Rosetten macht man mit einem Eisportionierer, Nocken mit zwei Esslöffeln.)

Da alle Komponenten bereits gar sind, wird dieser Auflauf nur überbacken. Grill im Backofen auf höchste Stufe stellen und den Auflauf zunächst einige Minuten überbacken, bis das Püree etwas fester ist. Nun die Oberfläche mit einer Mischung aus Eigelb mit wenig Milch anpinseln, wieder in den Ofen geben und goldbraun backen. Unbedingt dabeibleiben: Zwischen „goldbraun“ und „schwarz“ liegt nur eine Minute!

**Nährwerte pro Portion:**

430 kcal – 90 g Fett – 112 g Eiweiß – 106 g Kohlenhydrate

**Dieses Gericht ist glutenfrei.**