AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	60 Min.	Herbst	Schweiz

LANDFRAUENWÄHE

Rezept und Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

In der währschaften Wähe hat es viel Gemüse und eine Lage Hackfleisch. Sie lässt sich gut vorbereiten und auch wieder aufwärmen. Ideal für den hektischen Familienalltag.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

400 g	Wähenteig	4	Tomaten, mittelgross
1	Zwiebel, gross	2	Ei
250 g	Hackfleisch	2 dl	Milch
30 g	Butter	1 Msp	Muskat
200 g	Lauch	1 Bd	Petersilie
3	Karotten	0.5 Bd	Oregano
200 g	Sellerie	4 Pr	Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Kuchenblech mit einem Backpapier und dem Teig belegen. Ein dichtes Einstechen des Teigbodens mit einer Gabel ergibt einen knusprigen Kuchenboden. Backofen auf 220° C vorheizen.
2. Zwiebel fein hacken und in etwas Butter in einer Bratpfanne anziehen. Das ganze Paket Hackfleisch dazu geben und gut anbraten. Nach und nach das Hackfleisch teilen bis es gekrümelt und gut durchgebraten ist. Fleisch wegstellen.
3. Gemüse rüsten und in feine Scheiben schneiden. Ebenfalls in Butter anziehen und gut durchziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Milch und Eier mit einem Schaumbesen aufrühren. Salz, Pfeffer und Muskat zugeben.
5. Gehackte Kräuter unter das Fleisch mischen und auf dem Teig verteilen, anschliessend das Gemüse draufgeben. Den Guss drübergiessen und 35 Min. auf der untersten Rille backen.