

Südafrikanischer Hackfleischauflauf mit Banane, Rosinen und Mandeln

Auch wenn die Zusammensetzung der Zutaten auf den ersten Blick etwas ungewohnt anmutet, so ist dies dennoch nicht ein Gericht für "Mutige", sondern eigentlich mal eine nette Abwechslung für alle, die gerne mal "fleischig-herzhaft" mit "fruchtig-süß" und "exotisch-würzig" kombinieren.

Die Zubereitung ist ziemlich einfach, der Geldbeutel wird geschont und heraus kommt ein würziger Hack-Auflauf, der mal etwas "anders" schmeckt.



Zutaten für 4 Personen:

1/2 altbackenes Brötchen

1/8 l Milch

1 große Zwiebel

4 Zehen Knoblauch

neutrales Speiseöl

500 g Rinderhack

schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)

Salz

1 Tl Currypulver

1 Tl Garam Massala (indische Gewürzmischung - ist im Asien-Shop oder beim gut sortierten Gewürzhändler erhältlich, alternativ können auch insgesamt 2 Tl Currypulver genommen werden)

50 g Rosinen

50 g Mandelblättchen

3 El Mango-Chutney (alternativ: 2 El Aprikosenkonfitüre)

1/2 Zitrone

1 El gehackte Petersilie

Butter
2 Eier
1-2 Bananen (je nach Größe)
4 Lorbeerblätter

Zubereitung

Das halbe Brötchen in der Milch einweichen, gut ausdrücken (Milch aufbewahren).

Die Zwiebeln fein hacken, die Knoblauchzehen durch die Presse dazu drücken.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch hineingeben, kurz andünsten. Hackfleisch und das ausgedrückte Brötchen hinzugeben, alles gut anbraten. Dann mit Salz, Pfeffer, Curry und Garam Massala würzen und 10-15 Minuten bei mittlerer Hitze braten lassen.

Rosinen, Mandelblättchen, Chutney, Saft von 1/2 Zitrone und die Petersilie unterrühren, kurz aufköcheln lassen.

Eine flache Auflaufform (z.B. Lasagneform) ausbuttern.

Die Banane(n) schälen und in Scheiben schneiden.

Die Hackfleischmasse zur Hälfte in die Form geben, die Bananescheibchen draufsetzen, mit dem restlichen Fleisch bedecken, glatt streichen.

Die Eier mit der "Brötchen-Einweichmilch" verquirlen, über die Hackfleischmasse gießen, die Lorbeerblätter obendrauf legen.

Den Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 180°C auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten überbacken.

Mir schmeckt dazu am besten frisch aufgebackenes Baguette und ein knackiger Salat - Kartoffeln oder Reis passen aber sicherlich auch.