

# Berliner Schmorgurken mit Hackfleisch

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Der traditionelle Berliner Klassiker, althergebracht, wieder entdeckt, für jeden Tag

## Zutaten

- 4 Schmorgurken (Das sind die fleischigen, kürzeren, dickeren, Gurken mit "pickliger" Oberfläche)
- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 2 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 fein gehackte Knoblauchzehe (geht auch ohne)
- 1 El Tomatenmark
- Etwas Rapsöl zum Anbraten
- Etwas Gemüsebrühe
- Rosenpaprika
- Salz und Pfeffer

## Zubereitungsart

### Schritt1

**Die Vorbereitungen:** Die Gurken schälen, in der Länge halbieren und mit einem 1 Teelöffel die Kerne heraus kratzen; in grobe Würfel schneiden.

### Schritt2

**Der Ansatz:** Die Zwiebeln mit dem Knoblauch in etwas Olivenöl glasig anschwitzen und das Hackfleisch dazu geben.

### Schritt3

Salzen, pfeffern und etwas Paprika dazu geben. 5 - 6 Min. mit dem Tomatenmark gut anschmoren, mit etwas Gemüsebrühe angießen. 10 - 15 min. „köcheln“ lassen, dann folgen die gewürfelten Gurken für weitere ca. 6 - 8 min.

## Schritt4

Nachschmecken, nicht zu weich werden lassen.

## Schritt5

**Anrichtevorschlag** Dazu werden in Berlin schlichte Salzkartoffeln gereicht, gerne gebe ich auch einen rustikalen Kartoffelstampf dazu.

**Rezeptart:** Berlin-Brandenburgisch **Tags:** berliner küche, hackfleisch, schmorgurken

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (Kcal)373,5
- Eiweiß (g)25,65
- Fett (g)26,45
- KH (g)7,82
- Cholesterin (mg)18,23

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/berliner-schmorgurken-mit-hackfleisch/>