



Ungarische Rinderhackfleischspieße auf Puszta Gemüse

- **Küche:** Ungarisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Rustikale Hackfleischspieße mit herzhaftem Puszta Gemüse und Knoblauch – Dipp, das wird besonders dem Nachwuchs gefallen.

Zutaten

- Für die Ungarische Rinderhackfleischspieße:
 - 500 g Rindergehacktes
 - 1 Eigelb
 - 1 mittelgroße Zwiebel, fein geschnitten
 - 2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt, mit Salz gerieben
 - 2 Tl edelsüßes Paprikapulver
 - 1 Tl gemahlener oder fein gehackter Kümmel
 - 1 Tl frisch gehackter oder auch getrockneter Majoran
 - Salz, Pfeffer aus der Mühle
 - 2 El kaltes Wasser
 - Holzspieße in kaltem Wasser eingeweicht
- Für das Puszta Gemüse:
 - 2 große Gemüsezwiebeln in 2 cm großen Blättern / Stücken
 - 1 rote Gemüsepaprika in 2 cm großen Blättern / Stücken
 - 1 grüne Gemüsepaprika in 2 cm großen Blättern / Stücken
 - 1 gelbe Gemüsepaprika in 2 cm großen Blättern / Stücken
 - 250 g frische, weiße Champignons, gesäubert, geviertelt
 - 1 kleines Bund Schnittlauch, geschnitten
 - 1 kleine Dose süßer Mais
 - 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
 - 1 Tl Tomatenmark
 - 3 El Sonnenblumenöl
 - Salz, Pfeffer aus der Mühle, Rosenpaprika

Zubereitungsart

Schritt1

Die Rinderhackfleischspieße:

Schritt2

Zunächst das Rindergehackte zerbröseln und das Eigelb, die Zwiebeln, den geriebenen Knoblauch, 2 El kaltes Wasser und die Gewürze dazu geben.

Schritt3

Mit den Knethaken oder in der Küchenmaschine intensiv, glatt und gut gebunden verarbeiten, herzhaft nachschmecken.

Schritt4

Mit angefeuchteten Händen etwa 15 cm lange und 2 - 3 cm dicke Würste formen und mit Gefühl in der Länge auf die Holzspieße stecken, etwas andrücken.

Schritt5

In heißem Öl rundherum anbraten, Farbe nehmen lassen. Für 5 - 6 min. bei mäßiger Hitze weiter braten, besser auf den Grill legen.

Schritt6

Alle 2 min. drehen, wenden, innen rosa - saftig halten.

Schritt7

Das Puszta Gemüse:

Schritt8

Zunächst die Zwiebeln mit dem Knoblauch in Sonnenblumenöl glasig anschwitzen, dann folgen die geviertelten Champignons.

Schritt9

1 - 2 min. zusammen braten und Zeit versetzt den bunten Paprika dazu geben.

Schritt10

Das Tomatenmark verrühren, mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und Rosenpaprika würzen.

Schritt11

3 - 4 min. im eigenen Fond köcheln lassen, kernig - bissfest halten. Kurz vor den Anrichten den abgetropften Mais unterheben, nur noch erhitzen, nachschmecken und mit frischem Schnittlauch bestreut zu Tisch geben.

Schritt12

Anrichtevorschlag:

Schritt13

Die Spieße auf dem Puszta Gemüse anrichten und 1 El cremigen, herzhaften Knoblauch - Dipp darüber geben.

Schritt14

Dazu passen knusprige Wedge-Potatos.

Rezeptart: Grillrezepte, Grillrezepte für Fleisch, Hackfleischgerichte **Tags:** rinderhack, spieße

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/ungarische-rinderhackfleischspiesse-auf-puszta-gemuese/>