

# 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 gemahlner 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/>