



Vegetarischer Sheperd's Pie

mit Kürbispüree und Linsen



30-40min



4 Personen

Shepherd's Pie ist ein bekanntes Gericht der britischen und irischen Küche und wird traditionell mit Faschiertem und Erdäpfelpüree zubereitet. Unsere Variante überzeugt auch ganz ohne Fleisch! Statt Faschiertem nutzen wir eine würzige Schicht aus Linsen und Pilzen, verfeinert durch frischen Thymian. Getoppt wird der Auflauf durch cremiges Kürbispüree - wer braucht da noch Fleisch? Lasst es euch...

Was du von uns bekommst

- Zwiebel
- Gran Biraghi Hartkäse ⁷
- Provencekräuter
- Tomatenmark
- gewürfelte Tomaten
- braune Linsen
- Thymian
- Karotte
- Hokkaido Kürbis
- Champignons

Was du zu Hause benötigst

- Butter ⁷
- Essig
- Gemüsesuppenwürfel
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backrohr mit Umluftfunktion
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler
- Stabmixer

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 510.0kcal, Fett 13.8g, Eiweiß 31.1g, Kohlenhydrate 56.9g



1. Kürbis kochen

Backrohr auf 200°C Umluft vorheizen. Kerngehäuse vom **Kürbis** mit einem Löffel ausschaben und anschließend **Kürbis** in 2cm große Würfel schneiden. **Kürbiswürfel** und 1TL Salz in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. **Kürbis** ca. 15Min. bissfest köcheln.



4. Kürbis pürieren

Sobald der **Kürbis** gar ist, diesen mit 2TL Butter mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.



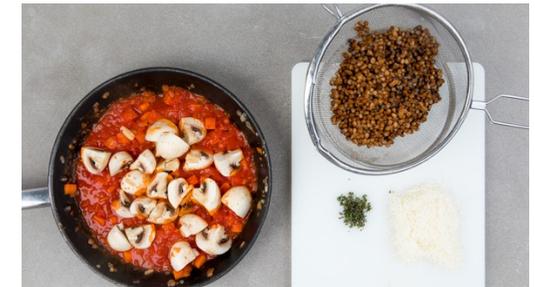
2. Karotten kochen

Zwiebeln und **Karotten** schälen. **Zwiebeln** fein würfeln. **Karotten** längs halbieren und in 1cm große Würfel schneiden. Eine große Pfanne mit 1EL Öl mittelhoch erhitzen. **Zwiebel** mit 1Prise Salz 2-3Min. andünsten. Nun die **Karotten** dazugeben und alles mit den **Dosentomaten** ablöschen. Einen Gemüsesuppenwürfel und **Tomatenmark** darin auflösen und 10Min. köcheln lassen.



5. Pie backen

Nun die **Linzen**, die **Gewürzmischung** und die **Hälfte** des **Thymians** in die **Karottenpfanne** geben, gut vermengen und noch einmal mit Salz und Pfeffer sowie 1EL Essig würzen. Alles in eine kleine bis mittlere Auflaufform geben und mit dem **Kürbispüree** bedecken. Den **Käse** gleichmäßig über das **Püree** verteilen und den **Pie** für ca. 25Min. in das Backrohr geben.



3. Pilze schneiden

Champignons von evtl. Schmutz befreien und vierteln. Dann zu der **Tomaten-Karotten-Pfanne** geben und alles mit Salz und Pfeffer sowie 1 Prise Zucker würzen. **Linzen** in einem Sieb abgießen. **Käse** fein reiben und **Thymianblätter** von den Stielen streifen und grob hacken.



6. Anrichten

Sobald der **Käse** goldbraun wird, **Pie** aus dem Backrohr nehmen, kurz auskühlen lassen und auf Teller verteilen. Mit übrigem **Thymian** garnieren.