



SHEPHERD'S PIE MIT LAMM, SÜSSKARTOFFEL PÜREE VON VERA | WWW.NICESTTHINGS.COM

ZUTATEN (für 2 Personen):

600g Süßkartoffeln
200ml Milch
50g Parmesan
Meersalz, schwarzer Pfeffer
150g grüne Stangenbohnen
1 rote Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 Zweige frischer Rosmarin
2 EL Olivenöl
600g Lamm-Hackfleisch
100g Tomatenmark
50ml Franken REGENT im Barrique gereift
1 EL Balsamico-Essig
Meersalz, schwarzer Pfeffer

ZUBEREITUNG:

1. Die Süßkartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Zusammen mit der Milch in einen Topf geben und bei geringer Hitze unter regelmäßigem Rühren mit Deckel ca. 15 Minuten weich dämpfen.
2. Den Parmesan zu den Süßkartoffeln reiben. Salz und Pfeffer zugeben und alles mit dem Stabmixer cremig pürieren (oder gleich alles im Mixer / Thermomix machen). Das Püree sollte relativ fest sein, damit man es später gut spritzen kann.
3. Die Bohnen waschen, putzen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten gar kochen. Abgießen.
4. Die rote Zwiebel schälen und in feine Stücke schneiden. Knoblauchzehen schälen und pressen. Rosmarinblätter von den Stielen abzupfen und fein hacken.
5. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. 600g Lamm-Hackfleisch darin scharf von allen Seiten anbraten. Eventuell ausgetretene Flüssigkeit abschöpfen.
6. Zwiebel, Knoblauch, Rosmarin und Tomatenmark zugeben, weitere 3 - 4 Minuten braten. Mit Rotwein und Balsamico ablöschen. Die gekochten Bohnen unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Backofen auf 190 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.
8. Die Lammfleisch-Bohnen-Mischung in eine Backofen-Form geben (Durchmesser ca. 23cm). Süßkartoffel-Stampf in einen Spritzbeutel füllen und Tupfen auf das Lammfleisch setzen.
9. Den Shepherd's Pie auf mittlerer Schiene ca. 20 Minuten überbacken. Wenn die Süßkartoffel-Tupfen ein bisschen braun werden, macht das nichts. Schmeckt sehr lecker.

*WEINEMPFEHLUNG:

KELLERMEISTERAUSWAHL
GRAUER BURGUNDER
QUALITÄTSWEIN | TROCKEN