



## Schmorkohl mit Hack

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Wirsing bzw. Kohl nach Wahl putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Hackfleisch mit Zwiebeln und Knoblauch darin krümelig braten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Tomatenmark hinzugeben und kurz mit anrösten. Anschließend den Kohl zugeben und ca. 2 Minuten mitbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt alles ca. 15 Minuten schmoren.

Schmorkohl mit der Prise Zucker und eventuell noch einmal mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Crème fraîche anrichten.

Dazu passt Reis, Kartoffeln oder auch nur Baguette.

**Arbeitszeit** ca. 35 Minuten

**Koch-/Backzeit** ca. 30 Minuten

**Gesamtzeit** ca. 1 Stunde 5 Minuten

**Schwierigkeitsgrad** normal

**Kalorien p. P.** ca. 520



### Zutaten für 4 Portionen:

**2** Zwiebel(n)

**1** Knoblauchzehe(n)

**1 Kopf** Wirsing (ca. 1,2 kg) oder Kohl nach Wahl

**500 g** Hackfleisch, gemischtes

**1 Tube/n** Tomatenmark

**½ Liter** Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

**1 Prise(n)** Zucker

**4 EL** Crème fraîche

Paprikapulver

**Rezept von:** kiki76