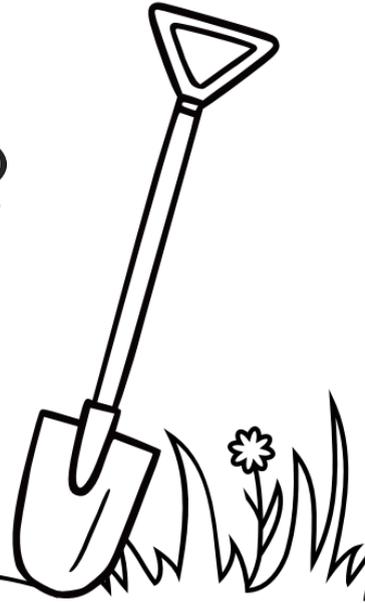
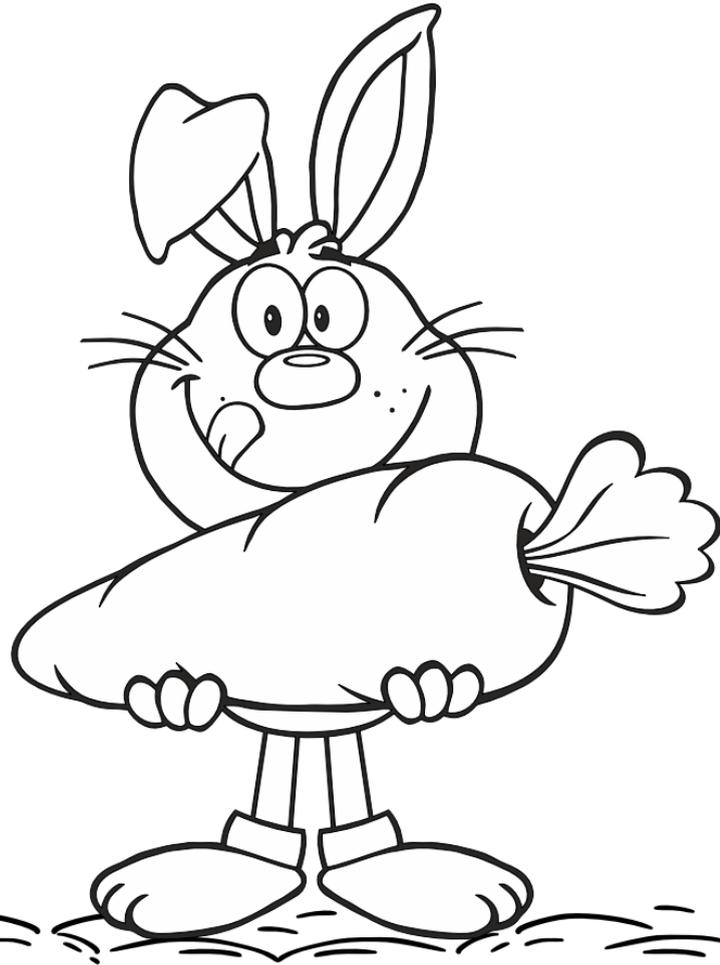
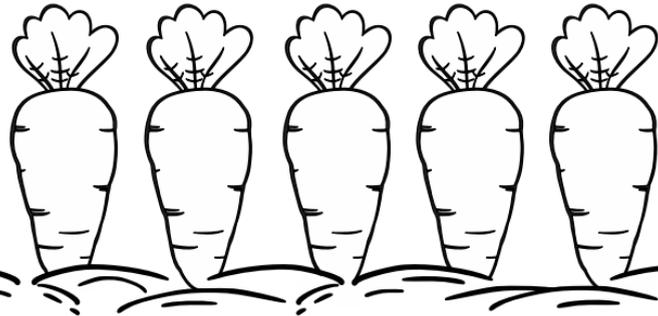


Wir lieben
in Deutschland
die Möhre:
Im Laufe unseres
Lebens essen wir
ca. 9.000 Stück
davon!

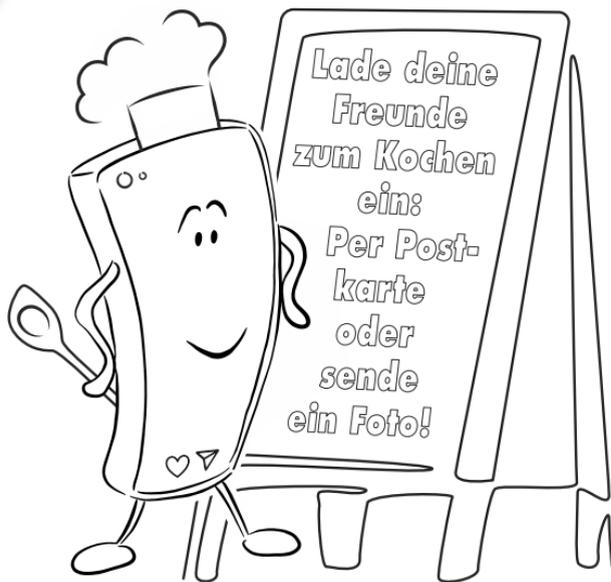


GIB VOLLE MÖHRE!

Karotten-Hackfleisch-Pfanne

250 g Möhren
250 g Kartoffeln
250 g Rinderhackfleisch
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
125 ml Gemüsebrühe
125 g Sahne
125 g Crème fraîche
Öl
Salz, Pfeffer
Käse (optional)

1. Kartoffeln waschen, vierteln, klein schneiden und in Salzwasser ca. 20 Min. kochen. Abgießen und abtropfen lassen.
2. Karotten waschen, schälen, in Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln.
3. Hackfleisch in einer Pfanne mit Öl krümelig braten.
4. Karotten, Zwiebeln und Knoblauch zugeben, mit anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Brühe ablöschen und 5 Min. köcheln lassen.
5. Kartoffeln, Sahne und Crème fraîche zugeben, verrühren und abschmecken.
6. Optional: In eine Auflaufform geben, mit Käse bestreuen und bei 180 °C (Umluft) für 20 Min. überbacken.



Aufgepasst, Entdecker! **4**
Wenn du alle 4 Malkarten zusammenlegst, erscheint ein tolles Panorama-Bild.

Mehr coole Rezepte & Adressen zum Einkaufen auf dem Bauernhof findest du auf:

landservice.de Bauernhoferlebnisse & Regionales in NRW