

Liebe Köch*innen,

Sheppards Pie in vegetarisch: Kohl und Linsen ersetzen dabei das Hackfleisch. Mit viel Röstung und etwas BBQ-Sauce bekommen wir aber auch ohne Tier ein wunderbar deftiges Geschmacksbild hin.

Viel Spaß beim Nachkochen!
Stefan Herbolzheimer



Zutaten

Für eine Auflaufform (20x50x5 cm)

- 1 kg Kartoffeln
- 230 ml Milch
- 100 g Butter
- Salz

Für die Krautpfanne:

- 1 Spitzkohl (ca. 600g)
- 1 große Zwiebel (ca. 350g)
- 80 g braune Linsen
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL Gyros Gewürz
- 1 TL Paprikapulver geräuchert
- 3 EL BBQ-Sauce
- 400 ml Wasser
- Salz
- Olivenöl zum Braten

Zubereitung

Für das Püree:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Butter im Topf bräunen/braten (auf hoher Stufe zerlassen, bis es nach Nuss riecht), dann Milch dazu geben und das Gemisch warm beiseitestellen. Kartoffeln, wenn sie gar sind, abseihen per Kartoffelpresse pressen und mit Milchbuttermischung und reichlich geriebener Muskatnuss vermengen. Ggf. salzen und Milch hinzufügen (Milchmenge hängt von der Kartoffelsorte und -ernte ab).

Für die Krautpfanne:

Zwiebel grob würfelig schneiden. Den Krautkopf halbieren, Strunk entfernen, würfelig schneiden. Linsen mit etwa 1 EL Salz kurz braten. Kraut und Zwiebel dazugeben und etwa 20 Minuten braten. Gern darf sich dabei ein Bodensatz bilden. Wenn es schön röstig geworden ist, Tomatenmark und Gewürze hinzufügen und kurz mit anrösten. Mit Wasser aufgießen, den Bodensatz mit Holzlöffel abkratzen und die Feuchtigkeit fast komplett verkochen lassen. BBQ-Sauce hinzufügen und nochmal gut durcherhitzen. Abschmecken und ggf. nachsalzen.

Zuerst die Kraut-Linsen-Pfanne in die Auflaufform, dann das Kartoffelpüree darüber verteilen. Es dürfen noch ein paar zusätzliche Flocken Butter obendrauf. Per Grillfunktion im Ofen etwa 8 Minuten Oberhitze (240 Grad) geben, bis der Pie schön goldbraun ist (Achtung, die Grillfunktion ist bei jedem Ofen etwas anders stark, besser den Timer auf 3 Minuten stellen und mehrmals nachstellen).

Wenn das Gericht am Vortag vorbereitet und im Kühlschrank gelagert wurde, 150 Grad Ober- Unterhitze und etwa 30 Minuten im Ofen garen, bis eine goldbraune Röstung zu erkennen ist.