

# Gemüse - Hacktopf (laktosefrei)

## Zutaten:

500 g Hackfleisch  
400 g Zucchini  
400 g Tomaten  
1 Dose Mais  
100 g grüne Bohnen  
1 Paprika  
100 g kurze Nudeln  
2 Zwiebeln  
4 Knoblauchzehen  
600 ml Gemüsebrühe  
150 ml Weißwein  
1 TL Balsamico - Essig  
4 EL Tomatenmark  
4 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer, Rosmarin, Thymian, Oregano

## Zubereitung:

- Zwiebeln und Knoblauch sehr klein hacken.
- Beides im Öl glasig dünsten.
- Hackfleisch zugeben und krümelig braten.
- Tomatenmark unterrühren.
- Mit Brühe und Wein ablöschen.
- Etwa 15 Minuten köcheln lassen.
- Zucchini, Tomaten, Paprika und Bohnen klein schneiden.
- Zusammen mit dem Mais unter das Fleisch mengen.
- Mit den Gewürzen, Kräutern und Balsamico abschmecken.
- Nudeln zugeben und weiter 15 Minuten köcheln lassen.