



**farmgoodies**  
So entsteht das Gute

## **BUCHWEIZEN "GRECHKA" MIT FASCHIERTEM UND KAROTTEN ВКУШАЯ ГРЕЧКА**

Erstellt am 29.08.2022

**Вкусная гречка - Ukrainisches  
Grundnahrungsmittel**

🕒 20 min leicht

Nach einem Rezept von Yuliia aus Odessa (UKR)



### **Zutaten:**

- 200g Buchweizen
- 2 Tomaten od. 1 Dose geschälte Tomaten
- 250g Faschiertes (Gemischt)
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauch Zehe
- 30g Butter
- 1/2 Teelöffel Pfeffer
- 50ml Sonnenblumenöl
- ca. 400 bis 500ml Wasser
- 1 bis 2 Teelöffel Salz

### **Zubereitung:**

- Buchweizen waschen
- Zwiebel kleinschneiden, Karotten reiben
- Tomaten mit heißem Wasser überbrühen und häuten
- Öl im Topf erhitzen
- Zwiebel darin anschwitzen, Karotten und Faschiertes dazugeben und anbraten lassen
- Mit Salz abschmecken, ungegarten Buchweizen dazugeben
- Tomaten dazugeben mit Pfeffer würzen und mit doppelter Menge Wasser aufgießen, aufkochen lassen, Knoblauch gepresst dazu und danach ca. 20 min köcheln lassen. Butter dazugeben, nochmal 10 min ziehen lassen. Danach umrühren.
- mit Kräuter und Petersilie abschmecken und genießen