

## Hackbraten

- Ergibt 2 Portionen (1x Einfrieren) oder Frikadellen daraus machen.



|        |   |
|--------|---|
| 300 g  | Rinds Hackfleisch   |
| 300 g  | gemischtes Hackfleisch                                    |
| 200 g  | Kalbsbrät   |
| 1      | Weggli in ca. 1 dl Milch aufgeweicht (230 gr ausgepresst) |
| 1 Ei   | verquirlt   |
| 50 gr  | Paniermehl  |
| 250 gr | Zwiebel fein gehackt                                      |
| 40 gr  | Knoblauchzehen, gepresst (ca. 6 Stück)                    |
| 1      | Bund Petersilie, fein gehackt                             |
| 20 gr  | Salz  |
| 5 gr   | Aromat  |
| 10 gr  | Curry Oriental (Bizarro)                                  |
| 10 gr  | Paprika (Scharf)  |
| 10 gr  | Pfeffer   |
| 50 gr  | Tomatenmark   |
| evtl.  | Thymian   |

### Jus

Bratbutter oder Bratcrème

|        |  |
|--------|--|
| 400 gr | Rüebli, gerüstet in halbe Ringli geschnitten, 3 mm |
| 2 dl   | Rindsbouillon (zum ablöschen)                      |
| 2 dl   | Rotwein  |
| 1      | Zwiebel, klein, fein gehackt                       |
| 1 EL   | Tomatenpüree                                       |
| 1 TL   | Zucker   |
| 1      | Zwiebel, besteckt mit 1 Lorbeerblatt und 2 Nelken  |
| 1 TL   | Salz   |
| 1 TL   | Pfeffer, weiss                                     |

## ZUBEREITUNG Hackbraten

1. Alle Zutaten mischen und von Hand kneten.
2. In eine längliche Aluminiumform geben.
3. Bei **200 Grad** im Ofen **30 Min.** zugedeckt backen.
4. Ofen auf **230 Grad** hochstellen und Hackbraten offen, weitere **20 Min.** fertigbacken.
5. Braten tranchieren, mit Jus und Rüebli servieren.

## ZUBEREITUNG Jus

1. Zwiebel in Bratbutter andünsten.
2. Rüeblli hinzugeben anbraten, Zucker begeben.
3. Mit Bouillon und Rotwein ablöschen.
4. Tomatenpüree begeben, gut vermischen.
5. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.
6. Zwiebeln hinzugeben.
7. 15 Min. schmoren lassen.

## DAZU PASST

- Nudeln
- Kartoffelstock
- Reis