

# Hackbraten mit Soße

## Für 4 Portionen

### Für den Hackbraten:

2 Brötchen, altbacken	2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
1/2 Bund Petersilie	1 EL Butterschmalz	800 g Hackfleisch, gemischt
2 Eier	Salz, Pfeffer	Butter

### Für die Soße:

1 Zwiebel	1/2 TL Butter	300 ml Rinderbrühe
100 ml Sahne	1 1/5 TL Paprika	

### Für die Beilage:

800 g Erbsen-Möhren-Mais-Gemüse

Für den Hackbraten: Den Backofen vorheizen (E-Herd 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3). Das harte Brötchen in große Stücke schneiden oder reißen und in etwas lauwarmes Wasser einlegen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.

Das Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin 1 Minuten glasig anschwitzen, dann den Knoblauch zugeben. Nach 2 Minuten in eine Schüssel geben, die Brötchen gut ausdrücken und mit der Petersilie dazugeben. Dann das Hackfleisch, die Eier, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles mit frisch gewaschen Händen gründlich vermengen.

Eine ofenfeste Kastenform mit Butter einstreichen, die Hackfleisch-Würz-Masse darin gleichmäßig verteilen. Im Backofen 40 Minuten garen. Zwischendurch die Oberfläche mit weiterer Butter bestreichen.

### Soße:

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. In der Pfanne die Zwiebel mit etwas Butter anbraten. Anschließend die Rinderbrühe angießen. Die Sahne zugeben und mit Salz, Pfeffer und Paprika edelsüß etwa 8-10 Minuten offen einkochen. Dann Deckel auflegen, warm halten und später zum Hackbraten servieren.

### Kartoffeln:

Die Kartoffeln schälen und in einem Topf Salzwasser garen, dann abgießen und bis zum Servieren warm halten. Kurz vor Schluss das Erbsen-Möhren-Mais-Gemüse in einem Topf erhitzen. Dann die Flüssigkeit abgießen und das Gemüse mit einem Stich gute Butter verwöhnen.

Bettina Uphus am 10. Oktober 2024