

Hackbraten mit Senf-Soße, Kartoffel-Püree, Möhren

Für zwei Personen

Für den Hackbraten:

500 g gem. Hackfleisch	2 weiße Zwiebeln	2 Eier
2 Scheiben Toastbrot	Salz	Pfeffer, Eiswasser

Für das Kartoffelpüree:

400 g mehlig. Kartoffeln	100 ml Milch	30 g Butter
Muskatnuss	Salz	

Für die Senf-Sauce:

30 g Butter	30 g Mehl	250 ml Gemüsefond
200 ml Milch	4 EL mittelscharfer Senf	Salz, Pfeffer

Für die Möhren:

300 g junge Möhren, mit Grün	20 g Butter	10 g Zucker
100 ml Gemüsefond		

Für den Hackbraten:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und Eier darin 5 Minuten kochen. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken.

Zwiebeln abziehen und fein hacken. Toastbrot in Wasser einweichen und die Flüssigkeit gut auswringen.

Hackfleisch mit Zwiebeln und Toastbrot vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Fleischmasse in zwei kleine Förmchen geben und in der Mitte eine Mulde drücken. Dort jeweils ein Ei hineinlegen und mit Hackmasse bedecken. Oberfläche glatt streichen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Förmchen darauf platzieren und für ca. 20-25 Minuten im Ofen garen. Herausnehmen und vorsichtig aus den Förmchen lösen.

Für das Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen und in feine Stücke schneiden. Wasser mit Salz in einem Topf erhitzen und Kartoffelstücke weich garen. Abgießen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken. Milch erwärmen und mit Butter unter die Kartoffeln rühren. Mit Salz und Muskat würzen.

Für die Senf-Sauce:

Die Butter erhitzen und Mehl darin anschwitzen. Nach und nach mit Milch aufgießen und kräftig rühren, bis die Sauce wieder eine cremige Konsistenz annimmt. Mit Fond weiter aufgießen und einkochen lassen. So lange Flüssigkeit hinzugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht wird. Senf hinzugeben und vorsichtig unter die Sauce rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Möhren:

Die Möhren schälen, Grün ca. 2 cm über der Möhre abtrennen. Butter mit dem Zucker und Salz in einem Topf erhitzen. Möhren darin unter Wenden anschwitzen. Fond angießen. Bei geringer Hitze im offenen Topf kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist und die Möhren glänzen.

Die Hackbraten auf Tellern anrichten, Kartoffelpüree daneben geben, die Senfsauce darüber geben, die glacierten Möhren platzieren und servieren.

Erika Haupt am 16. August 2017