

Hackbraten mit geschmorten Zwiebeln

1 Stück altes Brot	200 ml Milch	500 g Rinderhack
2 Eier	1 EL Senf	1 Zwiebel
0,5 Bund krause Petersilie	2 EL	100 g Butter
1 Prise	1 Prise	1 Prise
2 Gemüsezwiebeln	Bratöl mit Butter	Gewürzsalz
Pfeffermix	1 TL Honig	

Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Brot würfeln, in eine Schüssel geben und in Milch einweichen.

Hackfleisch, Eier und Senf zusammen in eine andere Schüssel geben.

Während das Brot einweicht, Zwiebel in grobe Würfel schneiden und Petersilie klein hacken. Beides in eine Pfanne mit Bratöl geben und Zwiebeln goldbraun darin anbraten. Zwischendurch 1 EL Butter zu den Petersilien-Zwiebeln geben und in der Pfanne zerlassen.

Petersilien-Zwiebeln aus der Pfanne zum Hackfleisch in die Schüssel geben. Die Milch aus dem Brot wringen und das Brot zum Hackfleisch geben. Alles großzügig mit Gewürzsalz, Pfeffermix und Hackfleisch würzen und gut vermengen.

Die Hackmasse auf einem mit Alufolie ausgelegtem Backblech zu einem Hackbraten formen. Alternativ die Hackmasse in eine gefettete Kastenform geben. Hackbraten 30 Minuten im heißen Ofen backen.

Währenddessen Gemüsezwiebeln in halbe Ringe schneiden. Übrige Butter in einer Pfanne zerlassen, Zwiebelringe hineingeben, mit Gewürzsalz, Pfeffermix, Hackfleisch und Honig würzen und bei niedriger Hitze 20 Minuten in der Butter schmoren lassen.

Hackbraten aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit den geschmorten Zwiebeln auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 15. September 2024