

### Rezept

# **Bayerische Fleischpflanzerl**

Ein Rezept von Bayerische Fleischpflanzerl, am 27.04.2024

#### Zutaten

1altbackene Semmel (Brötchen)1Zwiebel1 BundPetersilie1Ei1-2 EL Semmelbrösel400 gHackfleisch, halb und halbabgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone1 PriseMuskatnuss, frisch gerieben1TLPaprika, edelsüßSalzschwarzer Pfeffer2 ELÖl

## **Rezeptinfos**

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

## **Zubereitung**

- 1. Die Semmel in lauwarmem Wasser einweichen. Zwiebel schälen und klein würfeln. Petersilie waschen, fein hacken und mit Zwiebel, Ei, Semmelbröseln und dem gut ausgedrückten Brötchen zum Hackfleisch geben.
- 2. Die Zitronenschale und 1 Prise Muskat in die Fleischmasse reiben, Paprika, 1 kräftige Prise Salz und frisch gemahlenen Pfeffer zufügen. Eventuell noch 1 EL Semmelbrösel untermengen.
- 3. Aus dem Fleischteig mit nassen Händen acht Pflanzerl formen. Die Pflanzerl im heißen Öl bei mittlerer Hitze von jeder Seite in jeweils 12-15 Minuten knusprig braun braten.