Rezept

Hackbraten aus dem Ofen

Ein Rezept von Hackbraten aus dem Ofen, am 29.04.2024

Zutaten

- **2** altbackene Brötchen oder etwa 100 g altbackenes Weißbrot (vom Vortag)
- 2-3 Knoblauchzehen
- **1 EL** Butter
- Salz
- **1 EL** edelsüßes Paprikapulver
- **1 EL** Tomatenmark
- **1 TL** abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 4-5 dünne Scheiben Frühstücksspeck (Bacon)
- **750 g** gemischtes Hackfleisch
- **1** Zwiebel
- **1 Bund** glatte Petersilie
- **2** Eier (Größe M)
- Pfeffer aus der Mühle
- **1 EL** scharfer Senf
- **1 TL** getrockneter Oregano, Rosmarin oder Thymian
- **3 EL** Öl
- etwa 300 ml Fleischbrühe oder fond (aus dem Glas)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 805 kcal

Zubereitung

1. Die Brötchen oder das Weißbrot in eine Schüssel geben, mit kaltem Wasser begießen und einweichen lassen. Hackfleisch in eine zweite Schüssel geben. Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen.

2. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, fein hacken. Die Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blätter fein hacken. In einer Pfanne die Butter zerlassen. Zwiebel, Knoblauch und die Hälfte der Petersilie darin etwa 2 Minuten unter Rühren andünsten. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

3. Die Eier aufschlagen und zum Hackfleisch in die Schüssel geben. Mit 1 TL Salz, Pfeffer, Paprika, Senf, Tomatenmark, Oregano, Rosmarin oder Thymian und Zitronenschale würzen. Die Brötchen oder das Brot gut ausdrücken, zum Fleisch geben. Das Zwiebel-Petersilien-Gemisch aus der Pfanne und die übrige frische Petersilie mit in die Schüssel geben. Alles so lange gründlich durchkneten, bis ein glatter Fleischteig entsteht.

4. Nun aus der Hackfleischmasse einen schönen Laib formen (wie ein Brot). In einem Bräter das Öl erhitzen. Den Hackfleischlaib hineinlegen und bei mittlerer Hitze von allen Seiten kurz anbraten. Dann die Oberfläche mit den Speckscheiben abdecken, die Brühe oder den Fond seitlich angießen und den Bräter in den Ofen (Mitte) schieben. Den Hackbraten etwa 1 Stunde offen garen.