

## Rezept

# Einfacher Hackbraten

Ein Rezept von Einfacher Hackbraten, am 02.04.2023

## Zutaten

- |   |                                  |
|---|----------------------------------|
| <b>1</b> altbackenes Brötchen (vom Vortag) oder 2 altbackene Brezen | <b>2</b> Zwiebeln                |
| <b>1 Bund</b> Petersilie  | <b>1</b> Möhre                   |
| <b>500 g</b> gemischtes Hackfleisch                                 | <b>1 EL</b> Butter               |
| <b>1 TL</b> Tomatenmark   | <b>2</b> Eier                    |
| Salz  | <b>1 TL</b> getrockneter Majoran |
| frisch geriebene Muskatnuss   | Pfeffer                          |
| 1/4 l Fleischbrühe  | <b>4</b> Tomaten                 |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

## Zubereitung

1. Das Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen. Die Zwiebeln und die Möhre schälen, beides fein würfeln. Die Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blättchen sehr fein hacken.

---

2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine feuerfeste Form mit der Hälfte der Butter ausstreichen. Die übrige Butter zerlassen, Zwiebeln, Möhre und Petersilie darin einige Minuten andünsten.

---

3. Das Brötchen ausdrücken, mit dem Hackfleisch, der Zwiebelmischung und den Eiern gut verkneten und mit Tomatenmark, zerriebeltem Majoran, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Aus dem Hackteig in der gefetteten Form einen länglichen Laib formen.

---

4. Die Tomaten waschen, halbieren und daneben legen. Den Hackbraten im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) etwa 30 Min. braten. Dann die Brühe angießen und weitere 30 Min. garen. In Scheiben schneiden und mit Tomaten und Sauce servieren.