

Rezept

Lockere Fleischpflanzerl mit Möhren und Senf

Ein Rezept von Lockere Fleischpflanzerl mit Möhren und Senf, am 13.06.2026

Zutaten

2 Brötchen (100 g)	150 ml Milch
1 große Zwiebel (150 g)	1 Möhre (100 g)
1 kleine Stange Staudensellerie (40 g)	6-8 Stängel glatte Petersilie
1 ½ EL Butter + Butter fürs Blech	Salz
2 Eier (Größe L)	500 g gemischtes Hackfleisch (Rind und Schwein)
1 EL mittelscharfer Senf	1 EL grober Senf
2 EL Semmelbrösel	schwarzer Pfeffer
2 Msp. Cayennepfeffer	2 EL Butterschmalz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen, für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Die Brötchen 1 cm groß würfeln und in eine Schüssel geben. Die Milch lauwarm erhitzen und über die Würfel gießen.

2. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Möhre und Staudensellerie waschen und putzen. Die Möhre schälen, vom Staudensellerie harte Fäden abziehen. Beides fein würfeln. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, abzupfen und nicht zu fein hacken.

3. Die Butter in einem kleinen Topf (18 cm Ø) erhitzen. Die Zwiebel- und Gemüswürfel darin etwa 5 Min. glasig dünsten. Leicht salzen und auskühlen lassen.

4. Die Eier mit einer Gabel verquirlen. Das Hackfleisch in einer großen Schüssel mit Gemüse, Petersilie, Eiern, beiden Senfsorten und den Semmelbröseln mischen. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzig abschmecken und 10 Min. ruhen lassen.

5. Den Backofen auf 120° (Umluft, Ober-/Unterhitze 140°) vorheizen. Ein Backblech mit Butter fetten. Den Hackteig in 12 Portionen teilen. Diese mit angefeuchteten Händen zu Kugeln formen und etwas flach drücken.

6. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Fleischpflanzerl darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2 Min. anbraten. Die Pflanzlerl aufs Blech setzen und im Ofen (Mitte) in 20 Min. fertig garen.

7. Die Fleischpflanzerl auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu schmecken hausgemachte Röstkartoffeln oder Kartoffelsalat und frischer Blattsalat. Nach Wunsch noch etwas Bratensauce dazureichen.