

# Hackbraten

3 Brotscheiben, altbacken

zerkleinern, mit heissem Wasser übergiessen

2 EL Butter

in einer Bratpfanne erwärmen

2 Zwiebeln, sehr fein gehackt

zugeben, andämpfen

300 g Rüebli, fein geraffelt  
je ½ EL Majoran und Thymian

zugeben, ca. 5 Min. mitdämpfen, herausnehmen, in eine grosse Schüssel geben, auskühlen

800 g Hackfleisch, mager, aus der Region  
200 g Kalbsbrät  
1-2 Eier  
1 ½ KL Salz  
Pfeffer, Paprika

zugeben, würzen

## Varianten

- Rüebli weglassen oder durch fein gehackte Gemüsereste ersetzen
- Besteckte Zwiebel, Gemüsestücke und Knochen durch 1 kg klein geschnittene Tomaten ersetzen, diese am Schluss mit der Sauce fein pürieren und nochmals heiss werden lassen

(Bouillon auf 3 dl reduzieren)

- Hackfleischmasse ohne Sauce in der Cakeform backen ca. 50 Min. bei 200 °C (Heissluft 180 °C)

### **Variante Hackfleischplätzchen**

Aus der Masse mit nassen Händen Hackfleischplätzchen formen, im heissen Bratfett langsam auf kleiner Stufe 10-15 Min. braten. **Geeignet**

**für:** Fleisch, Resteverwertung

**Schwierigkeitsgrad:** mittlere Anforderung