

Gemüse - Hack - Braten

Zutaten:

1 gelbe Paprika
1 rote Paprika
1 grüne Paprika
2 Zwiebeln
1 Bund Lauchzwiebeln
2 Brötchen (Semmel)
1000 g Hackfleisch
2 Eier
300 g Tomaten
1 TL Senf
150 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne
Kräutermischung
Chilipulver
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- Die Brötchen in warmem Wasser einweichen.
- Paprika in kleine Stücke schneiden.
- Lauchzwiebeln in schmale Ringe schneiden.
- Das Wasser aus den Brötchen pressen.
- Eier, Chilipulver, Hackfleisch, Brötchen, Salz, Pfeffer, Senf und ½ TL Kräuter gut verkneten.
- Ein Drittel der Fleischmasse in eine geölte Auflaufform geben.
- Die Hälfte des geschnittenen Gemüses auf die Fleischlage legen.
- Abwechselnd Fleisch, Gemüse, Fleisch aufschichten.
- Die Fleischränder miteinander verkneten.
- Zwiebeln und Tomaten klein schneiden und um den Braten legen.
- Im Backofen bei 200° C 30 Minuten backen.
- Die Gemüsebrühe und Sahne um den Braten gießen.
- Noch einmal 30 Minuten bei 200° C backen.
- Als "Beilage" schmeckt dazu Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Reis etc..