

Bunter Hackbraten

Zutatenliste:

1 EL	Öl
150 g	Gouda
150 g	Möhren
150 g	Zucchini
100 g	Tomaten
30 g	Paniermehl
40 g	Gemüsebrühe
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
70 g	Speckwürfel
500 g	Hackfleisch
1	Ei
1 TL	Senf
1 TL	Salz
1 TL	Paprika edelsüß
3 EL	Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Oregano, Basilikum)



Zubereitung:

1. Zwiebeln in Würfel und Knoblauch, Möhren, Zucchini sowie die Tomaten sehr klein schneiden.
2. Öl auslassen und darin Speckwürfel, Zwiebel und Knoblauch andünsten, anschließend vom Herd nehmen.
3. Hackfleisch, Gemüse, geriebenen oder kleingeschnittenen Käse, Ei, Senf und Gewürze unterheben.
4. Zum Schluss Paniermehl in Gemüsebrühe rühren und unter die Masse heben, abschmecken.
5. Den Fleischteig in eine eingefettete Kastenform geben und bei 200 Grad ca. 1 Std. backen.

Dazu passt ein Kartoffelbrei sehr gut.