

# Kochen mit Klaus

## Hackbraten mediterrane Art

Zutaten: (Für 4-5 Personen)

- 500 g gem. Hackfleisch, 2 Zwiebeln, 3 Lauchzwiebeln, 3 Knobzehen,
- 1 Möhre, 1 rote Paprika, 80 g getr. Tomaten in Öl, 1 Ei, Salz, Pfeffer,
- Petersilie, Majoran, Oregano, 1 Pck. Fix für Hackbraten, 1 EL Senf,
- 125 g Mozzarella, 2 EL Bratensaft, Semmelbrösel, 2 EL Tomatenmark
- 250 ml Fleischbrühe, 2 EL Mehl, 200 ml Rotwein,
- 1 Dose gehackte Tomaten, 3 TL brauner Zucker

### Zubereitung:

1. Zwiebel, Knoblauch abziehen u. fein würfeln. Möhre fein raspeln. Paprika klein würfeln. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Tomaten abtropfen lassen (Öl auffangen), fein hacken. Mozzarella klein würfeln.



2. Fix nach Angabe zubereiten, mit Hack, ½ Zwiebeln, ½ Knobi, ½ Möhre, ½ Bratensaft, Tomaten, Lauchzwiebeln, Kräuter, Senf, Paprika, Käse u. Ei vermengen. Salzen u. pfeffern. Mit Semmelbrösel abbinden. Hackmasse zu einem Laib formen, in eine mit Olivenöl bepinselte Auflaufform legen. Im vorgeh. Ofen bei 200°C 60 Min. backen.



3. Rest Zwiebeln, Knobi u. Möhren in Tomatenöl andünsten, Tomatenmark mitbraten, mit Mehl bestreuen u. anschwitzen. Rotwein zugeießen, gehackte Tomaten, Brühe u. 1 EL Bratensaft einrühren. 20 Min. köcheln lassen u. mit Kräutern, Salz, Pfeffer u. Zucker würzen.



*Tipp des Chaoten: Als Beilage Nudeln servieren.*



Erstellt von Klaus am 14.08.2013