MARLEY SPOON



Würziger Hackbraten mit Käse-Kartoffeln

und glasierten Karotten

ca. 30min 4 Portionen

Lass dich von unserem würzigen Hackbraten verzaubern, der begleitet wird von knusprigen, mit Käse bestreuten Kartoffeln und Karotten, die fein glasiert werden. Dieses herzhafte Gericht vereint klassische Aromen und bietet ein wahres Fest für die Sinne – ideal für ein gemütliches Familienessen oder ein besonderes Beisammensein mit Freunden. Wir wünschen guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 3 Karotten
- 2 lila Karotten
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 500g gemischtes Hack von Rind und Schwein
- 50g Panko-Paniermehl [2]
- 2 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 2 Pck. Hartkäse, gehobelt [3]

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei [1]
- 2EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig [4]

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Wer möchte, kann aus der Hackmasse auch zwei große Laibe formen. Die Kochzeit verlängert sich dann um ca. 15Min.

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Schwefeldioxid und Sulphite** (4).

Kann Spuren enthalten von: Senf, Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 800kcal, Fett 38.5g, Kohlenhydrate 67.8g, Eiweiß 39.5g



1. Zwiebeln braten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln, dann in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze in 3–5Min. glasig braten, dabei gelegentlich umrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen und abkühlen lassen.



2. Gemüse rösten

Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und schräg vierteln, dann auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech mit 2EL Olivenöl und je ½TL Salz und Pfeffer vermengen. Die **Kartoffeln** daneben mit 2EL Olivenöl und je ½TL Salz und Pfeffer vermengen. Das **Gemüse** im Ofen 15–20Min. rösten.



3. Hackbraten vorbereiten

Währenddessen das **Hackfleisch** mit den **Semmelbröseln**, den **Zwiebeln**, der **Gewürzmischung**, 2EL Ketchup und 1 Ei verkneten. Aus der **Hackmasse** insgesamt **4 kleine Laibe** formen und auf ein zweites mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.



4. Hackbraten backen

Wenn das **Gemüse** 15–20Min. gebacken hat, das Blech mit den **Hackbraten** über dem **Gemüse** positionieren und die **Hackbraten** in 15–18Min. goldbraun und gar backen.



5. Gemüse verfeinern

Die **Karotten** mit 2TL Balsamicoessig vermengen. Den **Käse** über die **Kartoffeln** streuen. Die **Karotten** und die **Kartoffeln** im Ofen weitere 5Min. rösten.



6. Anrichten und servieren

Die **Hackbraten** mit den **Kartoffeln** und den **Karotten** anrichten und nach Belieben mit mehr Ketchup servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**