

Rainer Klutsch Hackbraten (Falscher Hase) mit Kartoffelsalat

Donnerstag, 23. Dezember 2021

Rezept für 6 Personen

Dauer: 1,5 Stunden

Schwierigkeitsgrad: mittel

Heimatküche

Zutaten:

Für den Kartoffelsalat

1 kg	Kartoffeln, festkochend, z.B. Annabell
etwas	Salz
1	Zwiebel
40 ml	Branntweinessig
1 Prise	Zucker
125 ml	Gemüsebrühe
60 ml	Sonnenblumenöl
etwas	Pfeffer

Für den Hackbraten und Röstgemüse:

5	Eier
2	Zwiebeln
200 ml	Sonnenblumenöl
150 g	Karotten
150 g	Knollensellerie
1 Bund	glatte Petersilie
1	Knoblauchzehe
etwas	Salz
1 kg	Hackfleisch, gemischt
2 EL	Paprikapulver, rosenscharf
etwas	Pfeffer aus der Mühle
100 ml	Wasser, lauwarm
100 g	Weißbrot-Brösel (Semmelbrösel)
20 g	Zucker



Zubereitung

1. Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln gut waschen und in leicht gesalzenem Wasser 20-30 Minuten garen.
2. Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Kartoffeln heiß pellen.
3. Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Mit Essig und Zucker verrühren und in eine Salatschüssel geben.
4. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und zur Essigmischung in die Schüssel geben.
5. Brühe in einem Topf aufkochen lassen und mit Salz abschmecken. Ein Viertel der Brühe über die Kartoffeln geben und vorsichtig mischen. Alles ca. 5 Minuten ziehen lassen, bis die Kartoffeln die ganze Flüssigkeit aufgesogen haben.
6. Den Vorgang mit der restlichen Brühe wiederholen. Öl untermischen, den Kartoffelsalat mit Salz und Pfeffer würzen. Abdecken und bis zum Servieren ziehen lassen.

7. Für den Hackbraten in einem Topf Wasser aufkochen. 4 Eier darin ca. 10 Minuten hart kochen. Herausnehmen, kalt brausen und schälen.

8. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Sonnenblumenöl in einem kleinen Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin kurz goldbraun frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Tipp: Den Topf mit dem Öl zur Seite stellen, dieser wird später nochmal für weitere Röstzwiebeln gebraucht.

9. Karotten und Sellerie putzen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

10. Die Petersilie abrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

11. Knoblauch schälen, fein würfeln und mit etwas Salz zu einer feinen Paste zerreiben.

12. Das Hackfleisch mit dem übrigen Ei, Knoblauch, frittierten Zwiebeln, Paprikapulver, Petersilie, Salz und Pfeffer zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten. Nach und nach 100 ml lauwarmes Wasser zugeben und gründlich unterarbeiten, bis eine weiche und luftige Hackmasse entsteht.

13. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen.

14. Die Hälfte der Hackmasse in eine Kastenform (ca. 30 cm lang) geben. Längs in die Mitte eine Vertiefung drücken und die hartgekochten Eier hineinlegen. Die übrige Hackmasse darauf geben und andrücken.

15. Die Weißbrotbrösel auf einer Platte verteilen. Den Hackbraten aus der Form stürzen und rundum in den Weißbrotbröseln wenden.

16. Eine Auflaufform mit dem Zucker bestreuen. Karotten- und Selleriewürfel darin wenden. Den Hackbraten mittig in die Auflaufform setzen. Auflaufform auf die mittlere Schiene in den vorgeheizten Ofen geben und den Hackbraten ca. 35 Minuten braten, bis er durchgegart ist. Das Gemüse in der Form ab und zu wenden.

17. Den Hackbraten aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden.

18. Hackbraten und Röstgemüse anrichten, dazu den Kartoffelsalat servieren.

Pro Portion: 745 kcal/ 3120 kJ
40 g Kohlenhydrate, 45 g Eiweiß, 45 g Fett