

Französische Zwiebelsuppe trifft amerikanischen Hackbraten

VORBEREITEN

35
Min.

ZUBEREITEN

75
Min.

NIVEAU



Zutaten für 8 Portionen

Für die Zwiebeln

3 Zwiebeln
1 Esslöffel Olivenöl
1/2 Teelöffel Thymian
60 ml Rinderbrühe
60 ml Rotwein
Salz, Pfeffer

Für den Hackbraten

900 g Rinderhack
45 g Semmelbrösel
2 Eier
240 g geriebener Mozzarella
Salz, Pfeffer
2 Esslöffel gehackte Petersilie

Für die Sauce

500 ml Rinderbrühe
60 ml Rotwein
2 Teelöffel Speisestärke
Salz, Pfeffer

Für die Beilage

5 Möhren
3 Pastinaken
Salz, Pfeffer

Eine Begegnung wie in einer Hollywood-Romanze. In den Hauptrollen: die französische Zwiebelsuppe mit zart schmelzendem Käse. Und meat loaf, der amerikanische Hackbraten aus saftigem Rindfleisch. 75 Minuten bei 180 °C et voilà – ein köstliches Happy End.

- 1 -

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Halbmonde schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen, ca. 15-20 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten. Thymian untermengen und 1-2 Minuten garen. Mit Wein und Brühe ablöschen und so lange köcheln lassen, bis beides fast verdunstet ist.

- 2 -

Backofen auf 180 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

- 3 -

Hackfleisch, Semmelbrösel, Petersilie, Eier, Salz und Pfeffer miteinander verkneten. Auf das Backblech geben und zu einem flachen Rechteck formen.

- 4 -

Ein Viertel Mozzarella und ein Viertel Zwiebeln beiseitestellen. Den Rest auf dem Hackfleisch verteilen. Mithilfe des Backpapiers einrollen und zu einem Laib formen, sodass die Seiten fest verschlossen sind. Hackbraten vorsichtig in einen Bräter heben und im heißen Ofen ca. 50 Minuten garen.

- 5 -

Für die Sauce Brühe mit Rotwein mischen. Mit Salz und

Französische Zwiebelsuppe trifft amerikanischen Hackbraten

Pfeffer abschmecken, einmal aufkochen lassen und Stärke einrühren. Solange köcheln lassen, bis die Sauce leicht andickt.

- 6 -

Möhren und Pastinaken schälen und in feine Stifte schneiden. Sauce über den Hackbraten gießen und übrige Zwiebeln und Mozzarella auf dem Fleisch verteilen. Möhren und Pastinaken rund um den Hackbraten verteilen. Erneut 15-20 Minuten garen.

- 7 -

Ofen auf Grillstufe stellen und erneut 2-3 Minuten backen, bis der Käse goldbraun ist. Mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.