



Klassischer Hackbraten

Zeit gesamt
1h 30min

Zubereitungszeit
1h

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	3 St.
Petersilie, frisch	1 Bund
Brötchen	2 St.
Milch	125 ml
Hackfleisch vom Rind	1 kg
Eier	2 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Paprika, edelsüß	1 TL
Öl	1 EL

Zubereitung

 Küchenutensilien

große Schüssel, Backblech mit Backpapier

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. In einer Schüssel Brötchen mit Milch ca. 10 Min. aufweichen und anschließend mit einer Gabel zerstampfen. Hackfleisch, Petersilie und Eier zugeben, zu einer glatten Masse verrühren und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.
2. Den Backofen auf 170 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Backform einölen, mit der Hackmasse befüllen und die Oberfläche glattstreichen. Den Hackbraten auf der mittleren Schiene für ca. 60 Min. braten. Im Anschluss aus dem Ofen nehmen und ca. 10 Min. ruhen lassen. Hackbraten in Scheiben schneiden und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen [Ofenkartoffeln mit Champignons](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	680 kcal		
Kohlenhydrate	32 g	Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	60 g	Fette	34 g