### Hackbraten

für 2 Personen

#### Zutaten

250 g gemischtes Hackfleisch, 2 Scheiben Weißbrot, 50ml Milch, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, 0,5 Teelöffel Pfeffer, 10g Butter oder 3 Esslöffel Öl, Paniermehl

nach Geschmack: 100g-200g Schafs- bzw. Ziegenkäse



# **Zubereitung**

- 1. Weißbrot von der Kruste befreien und 5 Minuten in Milch einweichen
- 2. Weißbrot gut ausdrücken und mit dem Hackfleisch, dem Ei, dem Salz und dem Pfeffer gut vermischen
- 3. es sollte ein würziger Fleischteig entstehen lieber etwas würziger, denn die Würze läßt beim Braten nach
- 4. der Teig sollte klebrig und fest sein ist er zu flüssig, dann kann mit Paniermehl vorsichtig nachverfestigt werden
- 5. den Teig nun zu einem Braten formen und Butter bzw. Öl in einer Pfanne auslassen
- 6. wenn eine Käsefüllung eingearbeitet werden soll, so ist nun der Zeitpunkt gekommen:
- 7. den Teig flach ausrollen'und den Käse auf einer Hälfte ausbreiten, so daß am Rand noch 1cm Teig ohne Käse ist
- 8. jetzt die andere Teighälfte drüberschlagen und die Fleischränder gut zusammenfügen.
- 9. den Braten vorsichtig in die heiße Pfanne geben und von jeder Seite 4 Minuten braten
- 10. und dann nochmals von jeder Seite weitere 15 Minuten

### Zeitbedarf

60 Minuten

## dazu paßt

Tomatenreis, Paprikagemüse, Kartoffelbrei, Mais