

Hackbraten italienische Art

Zubereitet mit: Mondamin

ca. 60 min | einfach

Zutaten

für 6 Portionen

Für den Hackbraten:

- 1 Brötchen
- 2 Zwiebeln
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1 EL Olivenöl
- 600 g gemischtes Hack
- 1 Ei (Größe M)
- Jodsalz
- Pfeffer
- 150 g Mozzarella
- Fett für die Form
- 1 großes Bund Basilikum
- 200 g Kirschtomaten

Für die Sauce:

- 1 Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 500 ml passierte Tomaten
- 3 EL MONDAMIN Saucenbinder zum Andicken von dunklen Saucen
- Jodsalz
- Pfeffer

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	1893 kJ
Energie (Kilokalorien):	453 kcal
Fett:	32 g
davon gesättigte Fettsäuren:	12 g
Kohlenhydrate:	13 g
davon Zucker:	5,1 g
Ballaststoffe:	2,3 g
Eiweiß:	27 g
Salz:	0,47 g

- 1 Prise Zucker

Außerdem:

- 20 g Pinienkerne
- 2 TL Olivenöl

Zubereitung

1. Brötchen mit lauwarmem Wasser bedeckt ca. 10 Minuten einweichen.

2. Zwiebeln und Knoblauch pellen und fein hacken. Olivenöl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Hackfleisch mit ausgedrücktem Brötchen, Ei, Zwiebeln, Salz und Pfeffer glatt verkneten.

3. Mozzarella würfeln und unter die Hackmasse mengen. Eine Kastenform (ca. 24 cm lang) ausfetten. Basilikum abbrausen und eine gute Handvoll große Blätter abzupfen. Hackfleisch in die Form geben und die Basilikumblätter dazwischen einlegen. Kirschtomaten abspülen (3-4 Tomaten beiseite legen), putzen und leicht in die Hackfleischmasse drücken. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 3-4, Umluft: 180 Grad) ca. 35-40 Minuten backen.

4. Für die Sauce Zwiebel pellen und würfeln. Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen, Zwiebel darin andünsten. Tomaten zugeben und aufkochen. Saucenbinder einstreuen und unter Rühren 1 Minute kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Restliche Basilikumblätter fein schneiden und unter die Sauce mischen.

5. Pinienkerne in einer kleinen Pfanne rösten. Auf einen Teller schütten. Olivenöl in die Pfanne geben und erhitzen. Die beiseite gelegten Tomaten darin kurz braten. Den Hackbraten in Scheiben schneiden, mit Pinienkernen bestreuen und zusammen mit der Sauce und den Tomaten anrichten. Nach Belieben mit Basilikum garniert servieren.

Tipps zu diesem Rezept

Dazu passt: Nudeln und nach Belieben Paprikagemüse oder ein frischer Salat.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 20 min Backzeit: 40 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH

Kontakt aufnehmen