

Hackbraten



- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 700 g gemischtes Hackfleisch
- 2 EL zarte Haferflocken
- 5 EL Ketchup
- 1 Ei (Gr. M)
- Salz
- Chiliflocken
- Pfeffer
- etwas + 2 EL Olivenöl
- 800 g kleine Kartoffeln
- 3 EL Whiskey
- 1 TL flüssigen Honig
- ½ Bio-Zitrone
- 100 g Gorgonzola
- 150 g saure Sahne

Zubereitung

- 1 Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Mit Hack, Haferflocken, 3 EL Ketchup und Ei verkneten. Mit 1 TL Salz und Chiliflocken würzen. Ofen vorheizen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C/Gas: s. Hersteller). Backblech dünn mit Öl ausstreichen. Hackmasse zu einem länglichen Braten formen und auf das Blech setzen.
- 2 Kartoffeln gründlich waschen und halbieren. Um den Hackbraten auf dem Blech verteilen. Mit 2 EL Öl beträufeln und mit Salz würzen. Im heißen Ofen ca. 40 Minuten backen.
- 3 Inzwischen für die Glasur 2 EL Ketchup, Whiskey und Honig verrühren. Ca. 10 Minuten vor Garzeitende den Braten damit einstreichen.
- 4 Für den Dip Zitrone heiß waschen, abtrocknen, Schale dünn abreiben. Frucht auspressen. Käse mit einer Gabel zerdrücken und mit saurer Sahne, Zitronenschale und -saft verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Braten, Kartoffeln und Dip anrichten. Dazu schmeckt grüner Salat.