

Hackbraten mediterran

800 g Gehacktes, halb und halb
2 Eier
2 EL Semmelbrösel (alternativ Mehl)
Gewürze nach Wahl (Fondor, Paprika, Pfeffer, etc.)
1 Glas getrocknete Tomaten in Öl
1 Feta

Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Gehacktes, Eier, Semmelbrösel und Gewürze gut vermengen (geht schnell mit Mixer und Knethaken). Tomaten abtupfen, klein schneiden. Feta in kleine Würfel schneiden. Beides hinzufügen und vermengen. Die Fleischmasse in einer mit Backpapier ausgelegten Kastenform fest andrücken und bei 180°C zwischen 40 und 50 Minuten backen. Vor dem Aufschneiden 5 Minuten ruhen lassen.

Dazu passen wunderbar Nudeln (Fusilli, Tagliatelle) und frischer Salat.

Für 4 Personen