



# Hackbraten

mit Kartoffel-Karotten-Stampf  
und Blaukraut

## So wirds gemacht:

1. Semmel in lauwarmes Wasser legen, sodass sie sich vollsaugen kann. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Zwiebel schälen und fein würfeln, zum Hackfleisch geben. Semmel gut ausdrücken und mit Ei, Salz und Pfeffer dazugeben. Alles gut durchkneten. Einen Braten aus der Hackmasse formen und in einen Bräter legen. Den Hackbraten bei 180°C Ober-/Unterhitze im Ofen ca. 1 Stunde garen
2. Währenddessen die Kartoffeln und Karotten schälen, waschen, grob schneiden und in kochendem Salzwasser etwa 25 Minuten garen.
3. Blaukraut in einen Topf geben und erhitzen.
4. Das Wasser von Kartoffeln & Karotten abgießen. Die Karotten und Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken und mit Milch & Butter zu einem glatten Püree verarbeiten. Mit Salz und einer Prise Muskat abschmecken.
5. Hackbraten aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden.
6. Stampf, Blaukraut und Hackbraten auf einem Teller anrichten.

## Wir brauchen:

Aus der Packlhof Rezepttasche:

- 800g Hackfleisch
- 1 altbackene Semmel
- 1 Zwiebel
- 450 g mehligkochende Kartoffeln
- 250 g Karotten
- 1 Glas Blaukraut

Das hast du bestimmt daheim:

- 200 ml Milch
- 1 Ei
- etwas Butter
- Salz & Pfeffer
- 1 Prise geriebene Muskatnuss



Zubereitungszeit: 25 Minuten  
Garzeit: 60 Minuten



Wir wünschen einen  
guten Appetit!