Hackbraten mit Kalbsbrät und getrockneten Tomaten

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 15 min

Aktivzeit: 25 min

Einfach

Zutaten

für 6 Personen

350 g	Brät vom Schweizer Kalb
650 g	Hackfleisch vom Schweizer Rind
30 g	Pinienkerne
80 g	getrocknete Tomaten in Öl
2 Zweige	Rosmarin
2	Eier
3 dl	Bouillon
2 dl	Rahm
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

Nährwerte

1 Portion (ohne Kartoffelstock und Kürbisgemüse) enthält ca.:

510	kcal
36 g	Eiweiss
5 g	Kohlenhydrate
38 g	Fett

Glutenfrei

enthält Laktose

Freiwilliger ökologischer Leistungsnachweis: ?.

Der Grossteil der Schweizer Bauern erfüllt den ÖLN (Ökologischer Leistungsnachweis). Er regelt unter anderem den Einsatz von Dünger und Pflanzenschutzmitteln sowie den Boden- und den Gewässerschutz.

Zubereitung

1. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten und erkalten lassen. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und fein schneiden. Rosmarinnadeln von den Stielen zupfen und fein hacken. Alles mit den Eiern und dem Brät, dann kräftig mit dem Hackfleisch vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Nach Belieben einen Braten formen und in eine ofenfeste Form geben. Im vorgeheizten Backofen bei 160 °C ca. 50 Minuten garen. Nach ca. 30 Minuten Bouillon zugeben.

3 Hackbraten aus der Form nehmen und warm halten. Bratenfond durch ein Sieb in eine kleine Pfanne geben und aufkochen. Rahm zugeben und cremig einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Braten in Scheiben schneiden und mit der Sauce servieren.

Dazu passen Kartoffelstock mit Basilikumöl und Kürbisgemüse.