

Rezept Barnys Hackfleischpfanne

Zutaten (für 4 Personen) :

- 500 gr Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- Semmelbrösel
- 1 EL Senf
- Worcestershire-Soße (Wustersosse haha)
- 1 Ei
- Gewürze zum Abschmecken
- Olivenöl und Butter zum Braten

Für die Soße:

- Gemüsebrühe instant
- Frischkäse Paprika (ja nach Geschmack auch mit Chili)
- Schmelzkäse
- 1 Packung frische Spätzle aus dem Kühlfach
- ca 250 gr TK Gemüse (Möhren, Erbsen, Blumenkohl)
- etwas Tomatenmark

Zubereitung:

Zuerst wird das Gehackte zubereitet. Eine Zwiebel schälen und würfeln und in eine Schüssel.

Gehacktes dazu, ein EL Senf, ein paar ordentliche Schuss Worcestershire-Soße, 1 Ei, Semmelbrösel, nach Geschmack Paprika, Salz und Pfeffer dazu. Alles gut vermengen.

Nun liegt es bei Euch: Mögt Ihr Hackfleischbällchen oder lieber das Gehackte verteilt im Essen?

Bei Hackfleischbällchenfans:

Aus dem Gehacktem Bällchen formen, lieber kleiner als grösser. Diese dann in einer Pfanne (oder einem Wok) in Olivenöl und etwas Butter anbraten bis sie schön Farbe haben. Dann die Bällchen raus aus der Pfanne und dann in eine Schüssel. Das Bratenfett unbedingt in der Pfanne lassen!

Bei Fans von All-in-one:

Das Gehackte direkt in die Pfanne, mit Olivenöl und Butter anbraten. Mit dem Heber immer etwas zerkleinern und solange braten, bis das Fleisch gut angebraten ist und die Pfanne voller Hackfleischgebrösel ist. Dann die Masse raus und in eine Schüssel, Bratfett in der Pfanne lassen.

Jetzt weiter für beide:

In die Pfanne mit dem Bratenfett jetzt das Gemüse frisch aus dem Tiefkühler in die Pfanne, mit etwas Tomatenmark anbraten und immer rühren. 2 TL Gemüsebrühe instant in ein Gefäß, etwas kochendes Wasser aus dem Wasserkocher rüber (ca 200 ml). Dann alle Spätzle in die Pfanne und auch anbraten. Kurz darauf die Gemüsebrühe und die Sahne mit in die Pfanne, alles aufkochen und einige Minuten köcheln, bis alles eindickt. Rühren nicht vergessen !

Wenn die Flüssigkeit gut reduziert ist, einen Packung Frischkäse Paprika und dann das Gehackte/die Hackfleischbällchen dazu, weiter kochen lassen und vorsichtig rühren, damit die Bällchen nicht kaputt gehen. Zu guter letzt 2 EL Schmelzkäse dazu, alles noch wenige Minuten köcheln und umrühren, bis alles schön schlotzig ist !

Und dann auf den Teller und Guten Appetit !