



SÜDFRANZÖSISCHER HACKBRATEN

- 1 kleinere Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 50 gr Paniermehl
- Provencechrütli
- Tomaten (getrocknet, in Oel)
- 150 gr harten Schafskäse (Pecorino)
- 400 gr Hackfleisch (Rind)

- 1dl Gemüsebouillon
- 1 Ei
- 1 dl Milch
- 1 dl Rahm
- Tomatenpuree
- Olivenöl
- 1 Zitrone
- Pfeffer, Salz

Das Paniermehl in einer Schüssel mit der Milch und dem Rahm quellen lassen.

Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken. Die getrockneten Tomaten ebenfalls klein schneiden. Aus hartem Schafskäse (à la Pecorino) Reibkäse machen. Alles mit dem Hackfleisch zusammen in die Schüssel geben. Das Ei, ein EL Tomatenpuree, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer darunterkneten. Falls nötig noch ein wenig Paniermehl untermengen, so dass ein gut formbarer Fleischteig entsteht. Die Gemüsebouillon darüber leeren und im Teig verarbeiten. Den Teig zu einem länglichen Laib formen und in eine Backform legen. Wenig Olivenöl über den Braten träufeln, im Backofen bei 200°C ca. 1 Stunde backen.