

Mini-Hackbraten, Gurken-Radieschen-Salat, Zitronen-Soße

Für zwei Personen

Für den Hackbraten:

500 g gemischtes Hackfleisch	2 Toastbrote	1 rote Paprika
5 kleine Tomaten	5 braune Champignons	1 Zwiebel
40 g Parmesan	1 Ei	1 EL mittelscharfer Senf
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Salatgurke	6 Radieschen	1 EL Weißweinessig
2 EL Sesamöl	2 Zweige glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

$\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel	1 Zitrone
25 ml Sahne	30 g Parmesan	25 g eiskalte Butter
50 ml trockener Weißwein	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	2 EL Mehl
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Eier	50 g Butter	$\frac{1}{2}$ Zitrone
2 Zweige glatte Petersilie	Pflanzenöl	Salz

Für den Hackbraten:

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Paprika waschen, trockentupfen, halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein würfeln. Champignons mit einer Pilzbürste säubern und in dünne Scheiben schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und halbieren.

Pilze, Champignons und Tomaten in einem Topf mit Öl scharf anbraten.

Hackfleisch in einer Schüssel mit Ei, Senf und etwas Salz und Pfeffer vermengen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Toastbrot ebenfalls fein würfeln und mit Zwiebeln unter das Hackfleisch rühren und die Masse ca.

$2 \frac{1}{2}$ cm dick auf einem Brett ausbreiten. Das gebratene Gemüse locker auf dem Fleisch garnieren. Eine Grillpfanne sehr heiß erhitzen und das Fleisch in der Grillpfanne kurz kross auf der Hackfleischseite anbraten. Fleisch mit der Pfanne im Ofen ca. 15 Minuten garen. Etwa 3 Minuten vor Ende der Garzeit Parmesan reiben und Hackbraten mit Parmesan überbacken.

Für den Salat:

Gurke waschen, trockentupfen, vom Strunk befreien und längs halbieren.

Kerngehäuse herauskratzen und Gurke in dünne, kurze Streifen schneiden. Radieschen von der Wurzel und dem Ansatz befreien und in feine Streifen schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und sehr fein hacken.

Aus Essig, Sesamöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren und den Salat damit marinieren.

Für die Sauce:

Zitrone, waschen, trockentupfen, halbieren und in etwa $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden.

Parmesan fein reiben.

Zwiebeln und Zitrone in einem Topf mit Öl langsam anbraten und mit 40 ml Wasser in einem kleinen Topf köcheln lassen. Parmesan hinzugeben. Sud mit etwa Weißwein ablöschen und kräftig aufkochen lassen. Aus Mehl und Butter eine Mehlbutter herstellen. Mit Sahne aufgießen, etwas zuckern und mit einem kleinen Teil der Mehlbutter aufmontieren. Sauce sehr kräftig aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce ist es wichtig, dass man Bio-Zitronen nimmt, wenn die Schale verwendet werden soll, denn: Andere Zitronen werden für gewöhnlich drei Mal behandelt, bis sie im Handel landen und die aufgebrauchten Stoffe lassen sich nur schwerlich mit heißem Wasser abwaschen.

Für die Garnitur:

Eier als Spiegelei mit Öl in einer Pfanne anbraten. Ei nach etwa 3 Minuten in der Pfanne mit einem Anrichter vorsichtig ausstechen.

Für die Zitronenbutter Zitrone waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Butter mit Zitronenabrieb und etwas Salz kräftig verkneten.

Mit der Butter am Ende die Zitronensauce cremig aufmontieren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und das Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Freitag am 23. April 2020