

FALSCHER HASE / HACKBRATEN



ZUTATEN

2	St.	Schalotten, geschält und fein gewürfelt
1	St.	kleine Karotte, fein gewürfelt
1	St.	frische Rote Bete, feingewürfelt
1	St.	Petersilienwurzel, fein gewürfelt
2	EL	Olivenöl
300	g	Hackfleisch
1	St.	Ei
2-3	EL	Pankomehl
1	EL	Dijonsenf
1	TL	Paprikapulver edelsüß oder Baharat-Gewürz (passt hervorragend zu Hackfleisch)
1	St.	kleine Chilischote, fein gehackt
1	Prise	Meersalz, Pfeffer
50	g	Fetakäse, fein gewürfelt
1	Bund	Kerbel, gehackt

ZUBEREITUNG

1. Die Schalotten zusammen mit den Gemüsewürfeln in Olivenöl anschwitzen und leicht Farbe nehmen lassen. Zum Abkühlen auf die Seite stellen.
2. Das Hackfleisch mit dem Ei, dem Senf, dem Paprika- (oder Baharat -Gewürz) und dem Pankomehl gut vermengen.
3. Bei Bedarf noch die Chilischote hinzufügen.
4. Nun die Gemüse zusammen mit dem Fetakäse und dem gehackten Kerbel hinzugeben und wieder gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Alles in eine gefettete Form in den Quick Clean Basket geben, verschließen und den Airfryer auf 170°C stellen.
6. Für ca. 35 Min. im Airfryer garen.

TIPP:

Wenn Sie dem Braten noch einen kleinen Pfiff geben möchten, können Sie ihn von außen mit hauchdünnen Speckscheiben ummanteln.