



Fleischpflanzerl

Tja, bei mir gibt's keine Buletten oder Frikadellen – sondern Fleischpflanzerl!

Zuerst einmal: Bitte kauft **gutes Fleisch!**

Das Fleisch in eine große Schüssel geben.

Zwiebel und Knoblauch schälen und winzig klein schneiden.

Nebenbei eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen, darin Knoblauch und Zwiebel kurz anbraten. Anschließend zum Fleisch geben.

In die Schüssel kommt nun auch das Ei, die Semmelbrösel, der Senf, Salz und Pfeffer. Nach Belieben auch Petersilie und Majoran.

Du brauchst (für 4 Portionen)

700 g gemischtes Hackfleisch

1 kleine Zwiebel

1 Zehe Knoblauch

1 Ei

3 EL Semmelbrösel

1 TL mittelscharfer Senf

Etwas Butter und/oder Öl zum braten

Salz & Pfeffer

(nach Belieben: Majoran und Petersilie)

Nun alles vermischen, am besten natürlich mit den Händen.

Zum Abschmecken gibt es verschiedene Möglichkeiten: Entweder du erhitzt schon mal die Pfanne und brätst ein kleines bisschen an, oder ein kleines bisschen Fleischmasse auf einen kleinen Teller geben und kurz in die Mikrowelle, oder meine Variante -wegen Faulheit- einfach ein bisschen roh probieren (da du gutes und hochwertiges Fleisch verwendest, sollte das auch unbedenklich sein).

Wenn´s schmeckt werden jetzt die Pflanzlerl geformt. Am besten stellst du dir eine kleine Schale mit kaltem Wasser daneben und einen Teller zum darauf ablegen. Dann nimmst du dir ein bisschen Fleisch und formst eine Kugel, anschließend drückst du sie Platt – alles ganz nach deinem Belieben, also Größe und Dicke (Ich bevorzuge mittlere Pflanzlerlgröße mit ca. 60-80g).

Anschließend eine Pfanne mit Öl oder Butterschmalz erhitzen und die Fleischpflanzlerl braten.

Wann ist es Zeit zum wenden? →Erkläre ich im Video

Warmhalten kannst du sie gut im Ofen bei ca. 100-120°C.

Guten Appetit.

