GAUMENFREUDE •GAUMENFREUDE • GAUMENFREUDE • GAUMENFREUDE • GAUMENFREUDE • GAUMENFREUDE • GAUMENFREUDE • GAUMENFREUDE

Faschierter Braten
mit Ofengemüse und Rosmarinkartoffeln

Rezept für 3-4 Personen

Zutaten:

<u>Faschierter Braten</u>

400 g	Rinderfaschiertes
1 Stk	gelbe Zwiebel
2 Stk	Knoblauchzehen
1 handvoll	Kräuter
1-2 Stk	getrocknete Chili
1 EL	Tomatenmark
1 EL	Senf
1 Stk	Ei (groß)
40 g	Semmelbrösel
40 g	Joghurt

<u>Ofengemüse</u>

2 Stk	rote Zwiebel
4 Stk	Karotten
12 Stk	Tomaten (klein)
	Petersilie

<u>Rosmarinkartoffeln</u>

600 g	Kartoffeln (festk.)
	Rosmarin

Zubereitung:

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken und in Olivenöl goldbraun anbraten und etwas abkühlen lassen. Die Kräuter (je nach Belieben Petersilie, Koriander, Schnittlauch, Thymian, …) fein hacken. Alle Zutaten für den Faschierten Braten in einer Schüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen (man braucht ziemlich viel Salz). Aus der Masse einen Braten formen und in eine Auflaufform legen.

Für das Ofengemüse rote Zwiebel schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auch die Karotten schälen und in Streifen schneiden. Zwiebel, Karotten und Tomaten auf dem Braten verteilen, mit Olivenöl beträufeln und mit Petersilienstängeln garnieren. Auf mittlerer Schiene ca. 60 Minuten braten.

Die Kartoffeln sehr gut waschen und ungeschält mit 1 EL Olivenöl und Rosmarin in den Actifry geben. Nach etwa 35 Minuten sind die Kartoffeln fertig, gut salzen. Alternativ kann man die Kartoffeln auch 20 Minuten in Salzwasser kochen und danach in Butter mit etwas Rosmarin schwenken. Salzen nicht vergessen!

Alles servieren und genießen! Mahlzeit!

Schwierigkeitsgrad:	leicht
Vorbereitungszeit:	35 min
Garzeit Braten:	60 min
Garzeit Kartoffeln:	30 min