

# Hackbraten mit Ofen-Spargelsalat

## Zutaten für 4–6 Personen:

- 1/2 Bund Rucola (ca. 25 g)
- 6 Eier (Größe M)
- 50 ml Milch
- Salz
- Pfeffer
- 3 EL BUTARIS Butterschmalz
- 1 Brötchen (vom Vortag)
- 50 g getrocknete Tomaten in Öl
- 50 g Gouda-Käse
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 200 g Frühstücksspeck
- 450 g grüner Spargel
- 500 g weißer Spargel
- 400 g Kirschtomaten an der Rispe
- 1 TL Zucker
- 1–2 EL Olivenöl
- BUTARIS Butterschmalz für das Backblech
- Backpapier



## Zubereitung:

1. Rucola waschen, trocken schütteln und, bis auf etwas zum Garnieren, grob hacken. 5 Eier und Milch verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gehackten Rucola unterrühren. 1 EL BUTARIS Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Eiermilch zufügen und stocken lassen. Dabei mit einem Pfannenwender immer wieder zur Mitte schieben. Vorgang wiederholen, bis die gesamte Eiermasse gestockt ist. Rührei aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.
2. Brötchen einweichen. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen. Käse reiben. Zwiebel und Knoblauch schälen. Tomaten, Zwiebel und Knoblauch würfeln. Hack, ausgedrücktes Brötchen, 1 Ei, Zwiebel, Knoblauch und Tomaten verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Speckscheiben auf Backpapier dicht an dicht leicht überkreuz zu einem Rechteck (ca. 15 cm lang) auslegen. Hackteig darauf verteilen und glattstreichen. Rührei darauf verteilen. Geriebenen Käse darüberstreuen. Hackplatte von der Längsseite her aufrollen. Auf ein mit BUTARIS Butterschmalz gefettetes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 225 °C/ Umluft: 200 °C/ Gas: s. Hersteller) 25–30 Minuten garen.
3. Inzwischen grünen Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Weißen Spargel schälen. Grüne und weiße Spargelstangen schräg dritteln. Rispentomaten waschen. 2 EL BUTARIS Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Spargel darin 2–3



Minuten anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Ca. 10 Minuten vor Ende der Garzeit, Spargel und Rispentomaten um den Hackbraten auf dem Blech verteilen. Das Gemüse mit Öl beträufeln. Rispentomaten mit Salz bestreuen. Braten und Gemüse aus dem Ofen nehmen und anrichten. Mit übrigem Rucola garnieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 45 Minuten.

**Nährwerte:** pro Portion ca.

Fett	75 g
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	41 g
Brennwert	920 kcal / 3860 kJ

**Tipp:** Mit BUTARIS verfeinertes Kartoffelpüree zum Hackbraten reichen!

© BUTARIS