

Mandel-Hackbraten mit feinem Kartoffelsalat

Zutaten für 6 Personen:

1 Brötchen
 5–7 EL Milch
 50 g Mandelstifte
 je 125 g grüne und schwarze Oliven ohne Stein
 800 g gemischtes Hackfleisch
 1 Ei (Größe M)
 1/2 TL Ras el Hanout (orientalische Gewürzmischung)
 Meersalz
 Pfeffer
 600 g Kartoffeln
 100 g tiefgefrorene Erbsen
 200 g Vollmilch-Joghurt
 50 ml Orangensaft
 1 TL Curry
 2 EL Olivenöl
 2 EL BUTARIS Butterschmalz
 1/2 TL Senfpulver
 1/2 TL Edelsüß-Paprika
 1 Avocado
 1 Granatapfel
 2–3 Stiele Petersilie
 Öl für das Blech



Zubereitung:

1. Brötchen in Würfel schneiden, mit der Milch übergießen und gut einziehen lassen. Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen. Oliven in einem Sieb abtropfen lassen. Brötchen fest ausdrücken. Hack, Brötchen, Mandeln, Ei, Ras el Hanout und Oliven vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Hackmasse zu einem länglichen Braten formen und auf ein mit Öl ausgestrichenes Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C/ Gas: s. Hersteller) 40–50 Minuten backen.
2. Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser 15–20 Minuten bissfest garen. Erbsen in kochendes Salzwasser geben und ca. 2 Minuten ziehen lassen. Für das Dressing Joghurt, Orangensaft, Curry und Öl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz in einem kleinen Topf schmelzen lassen, Senfpulver, Paprika und Meersalz einrühren.



3. Ca. 30 Minuten vor Ende der Garzeit des Hackbratens die Oberfläche mit der Butterschmalz–Mischung bestreichen. Kartoffeln abgießen, kalt abschrecken, abkühlen lassen und pellen. Kartoffeln in Würfel schneiden. Avocado halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in Würfel schneiden. Granatapfel halbieren und mit Hilfe eines Kochlöffels Kerne aus der Schale klopfen. Erbsen, Avocado, Kartoffeln und Granatapfelkerne mit dem Dressing vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Hackbraten in Scheiben schneiden und mit dem Salat anrichten. Mit Petersilie garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde.

Nährwerte pro Portion: ca. 3150 kJ/750 kcal, E 36 g, F 55 g, KH 26 g

© BUTARIS