



ANDERMATT'S HACKFLEISCH- ZUCCHETTI-WÄHE

30 MIN.
AKTIV

2 STD. 35 MIN.
GESAMT

506 KCAL
PRO PERSON

① Fett: 23 g, Kohlenhydrate: 38 g, Eiweiss: 34 g pro Person

DAS BRAUCHTS FÜR 4 PERSONEN

Teig

150 g	Dinkelmehl
50 g	Ruchmehl
¼ Würfel	Hefe (ca. 10 g), zerbröckelt
¾ TL	Salz
1 ¼ dl	Wasser

Garnitur

2 EL	Olivenöl
1	Zucchini, in Stängel
2 EL	Rotweinessig

Belag

1 EL	Öl zum Braten
300 g	Hackfleisch (Rind und Schwein)
1	rote Zwiebel, in Streifen
300 g	Zucchini, in ca. 5 mm dicken Scheiben
100 g	Bergkäse, grob gerieben
2 EL	Paniermehl
1	Ei
1 TL	Salz
wenig	Pfeffer

Utensilien

Für ein Blech (ca. 30 cm Ø), Boden mit Backpapier belegt

UND SO WIRDS GEMACHT

Teig

Mehl und alle Zutaten bis und mit Salz in einer Schüssel mischen. Wasser dazugießen, mit dem Knethaken der Küchenmaschine ca. 5 Min. zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 ½ Std. aufgehen lassen.

Garnitur

Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Zucchini beidseitig je ca. 1 Min. anbraten, in eine Schale legen, Essig darüberträufeln, zugedeckt beiseite stellen.

Belag

Öl in weiter Bratpfanne heiss werden lassen. Hackfleisch ca. 4 Min. anbraten, herausnehmen, in eine Schüssel geben. Zwiebel und Zucchini in derselben Pfanne ca. 3 Min. andämpfen, zum Fleisch geben, auskühlen. Käse, Paniermehl und Ei begeben, daruntermischen, Füllung würzen.

Teig auf wenig Mehl rund (ca. 34 cm Ø) auswallen, in das vorbereitete Blech legen, dicht einstecken. Füllung darauf verteilen.

Backen

Ca. 35 Min. auf der untersten Rille des auf 200 °C vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen, aus dem Blech nehmen. Vor dem Servieren die beiseite gestellten die Zucchini-Stängel darauf verteilen.

GUT ZU WISSEN



Das Rezept findest du hier wieder:
fooby.ch/de/rezepte/19634/