

Paprikapfanne und gegrilltes Hackfleischsteak gefüllt mit Charcoal

Informations

Personen : 4

Zubereitung : 30 min.

Backzeit : 15 min.



Zutaten

- 400 g Charcoal Log
- 500 g Hackfleisch
- 30 g Senf
- 4 Essiggurken
- 100 g Haferflocken
- 1/2 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Eier
- Eine Prise Salz und Pfeffer
- Etwas gehackte Petersilie
- 100 g Mehl
- 3 Paprika zum Grillen

Zubereitungsschritte



1. Das Hackfleisch mit den klein geschnittenen Essiggurken, Zwiebeln und Knoblauch vermengen.
2. Die Eier dazugeben und mit den Haferflocken und der Petersilie gut vermengen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.
3. Nun formen wir das Hackfleisch zu ovalen Kugeln und füllen die Mitte mit dem Charcoal.
4. Drücken Sie die Fleischbällchen flach, um Steaks zu formen.
5. Von allen Seiten Mehlieren und nun scharf auf dem Grill anbraten.
6. Die Temperatur etwas senken und noch für ca. 10 Minuten Garen.
7. Die Paprika waschen und in Schnitze schneiden. Von beiden Seiten grillen und würzen.
8. Richten Sie alles auf einem Teller an.

? **Tipp** : Statt Fleisch kann man auch Couscous verwenden.