

Mozzarella-Hackbällchen-Auflauf

Sind sie da, sind sie weg – Frikadellen bleiben auf Partys oder in der Außer-Haus-Verpflegung selten liegen. Doch etwas Abwechslung tut auch den beliebtesten Speisen gut: Bringen Sie Farbe ins Spiel und überraschen Sie Ihre Kunden mit rot-weißen Hackfleischspießchen.

► **Ein wahrer Tausendsassa** ist das Hackfleisch. Man kann es gekocht, gebraten, überbacken, gegrillt und als Füllung, warm, kalt oder auch roh verzehren. Kaum ein Fleisch-Erzeugnis ist so vielseitig und eignet sich so gut für schnelle Gerichte.

Doch Hackfleisch ist nicht gleich Hackfleisch. Unterschieden wird zwischen Schabefleisch, Rinder- und Schweinehack sowie gemischtem Hackfleisch. Schabefleisch – auch Tatar oder Beefsteackhack – wird aus sehnen- und fettgewebsarmem Muskelfleisch des Rindes hergestellt. Mit sechs Prozent Fett ist es das magerste Hackfleisch. Rinderhack besteht dagegen aus grob entsehtem Rindfleisch und enthält maximal 20 Prozent Fett. Aus grob entfettetem, zerkleinerten Schweinefleisch wird Schweinehack – auch Schweinemett oder Hackepeter genannt – hergestellt. Der Fettgehalt beträgt hier bis zu 35 Prozent. Gemischtes Hackfleisch – Hackfleisch halb und halb – besteht je zur Hälfte aus Rinder- und Schweinehack und enthält höchstens 30 Prozent Fett.

Beim Zerkleinern von Fleisch – zum Beispiel bei der Hackfleischherstellung – vergrößert sich seine Oberfläche und bietet so Mikroorganismen mehr Angriffsfläche als größere Fleischstücke. Rohes Hackfleisch ist deshalb besonders empfindlich und nicht lange haltbar. Fleischerien dürfen es laut Hackfleischverordnung unverpackt nur am Tag der Herstellung verkaufen. Übriggebliebene Mengen müssen schnell weiter-

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Hackfleisch, halb und halb
- 250 g kleine Mozzarellakugeln
- 250 g Kirschtomaten
- 1 Gemüsezwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 gelbe Paprika
- 2 EL Butterschmalz
- Jodsalz, Pfeffer aus der Mühle
- Holzspieße

verarbeitet werden. Gerichte mit Hackfleisch bieten sich deshalb besonders für die Heiße Theke an. Denn fast schon im Handumdrehen lassen sich daraus Aufläufe, gefülltes Gemüse, Pfannengerichte oder Hackbraten zaubern.

Raffiniert und einfach zugleich gelingt dies zum Beispiel mit einem Mozzarella-Hackbällchen-Auflauf. Während Frikadellen schon immer ein Partyhit waren, hat Mozzarella mit Tomate – die italienische Vorspeise Caprese – erst in den letzten Jahren die Buffets erobert. Aber schon jetzt kommt kaum noch ein Cateringanbieter um diese italienische Verführung herum. Mit einem Mozzarella-Hackbällchen-Auflauf können Fleischer-Fachgeschäfte ihre Kunden mit beidem verwöhnen. Neben dem Geschmackserlebnis aus fruchtigen Paprikaschoten, sonnenverwöhnten Tomaten und feinem Käse ist vor allem die kurze Zubereitungszeit interessant. Das Vorbereiten des Hackfleischs und Gemüses sowie das Backen des Auflaufs im Ofen dauern insgesamt nur eine halbe Stunde.

Zubereitung

Paprika putzen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel würfeln und zusammen mit den Paprikastreifen und Knoblauch in etwas Butterschmalz andünsten. Anschließend in eine Auflaufform geben und verteilen. Das Hack mit den Gewürzen zubereiten und kleine Bällchen formen. Die Kirschtomaten waschen. Nun abwechselnd Fleischbällchen, Tomaten und Mozzarella auf die Spieße stecken und in die Auflaufform auf das Gemüse legen. Den restlichen Käse in Scheiben schneiden und auf den Spießen verteilen. Backofen vorheizen und den Auflauf bei 200 °C (Umluft 175 °C) zirka 15 Minuten backen. Mit Bauernbrot und einem frischen Tischwein servieren.

Tipp: Für mehr Abwechslung können Sie das Grundrezept individuell variieren. Zum Beispiel mit Kapern, Oliven, Chili, Basilikum oder Pilzen der Saison.

CMA

Tipp

Diese Seite kann unter www.fleischerei.de/downloads als PDF-Datei heruntergeladen werden.



Kaum einer, der hier widerstehen kann: Frikadellengenuss und italienisches Caprese auf gelbem Paprika verlocken zum Zugreifen.