

Ofenfrikadellen

Zutaten:

500g Hackfleisch

1 Zwiebel , 1 Ei

Senf, Ketchup, Wasser

50g Paniermehl

Paprikapulver Salz Petersilie gerebelt

Backpapier



Zubereitung:

- Backofen auf 200 Grad vorheizen
- Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden
- Ei aufschlagen und zu den Zwiebeln hinzufügen
- 1 EL Petersilie darüber streuen
- 60 ml Wasser in die Schüssel geben
- 3 TL Paprika Pulver dazu geben

- 1 TL Salz dazu geben
- 2 EL Senf hinzugeben
- 3 EL Ketchup dazu geben
- 50 g Paniermehl in die Schüssel dazugeben
- Nun das Hackfleisch in kleinen Brocken mit in die Schüssel und mit den Händen alles gut vermischen
- Aus der Hackfleischmasse 9-10 gleichgroße Frikadellen formen und auf ein Backblech legen und ein bisschen flach drücken
- Blech für 30 Minuten in den Ofen

Was wird noch benötigt?

Rührschüssel

Schneidebrett und Messer

Backblech

