

Rezept

Gebratenes Hackfleisch

1-2 normale Zwiebeln	Schälen und würfeln
1 große Teflonpfanne auf großer Flamme erhitzen	
2-3 EL normales Olivenöl	In die heiße Pfanne geben, kurz warten, bis das Öl heiß ist.
750g Hackfleisch (halb & halb; d.h. halb Rind, halb Schwein) Vorbereitete Zwiebelwürfel	Dazu geben und auf großer Flamme ca. 20min braten (siehe Blick in die Küche), bis alles schön gebräunt ist. (Siehe Blick in die Küche). – Dabei gelegentlich mit dem Pfannenwender umrühren.
Salz, Pfeffer 2 gestrichene Teel. Paprikapulver 1-2 Knoblauchzehen – gerieben (am besten mit der Tim-Mälzer-Reibe)	Das Fleisch damit würzen und nochmals umrühren, dann aus der Pfanne in eine Schüssel geben.