

Gefüllte Zwiebeln (für 4 Personen)

- 4 große Zwiebeln
- 400g Rinderhack
- 1 EL Senf
- 1 kleine Zwiebel
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 TL Majoran getrocknet
- Salz, Pfeffer
- 150ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer
- etwas (geriebenen) Käse zum Überbacken

Zwiebeln schälen und für 15 Minuten in Salzwasser kochen. Rausnehmen und etwas auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit Petersilie hacken und zusammen mit dem Senf, dem Paprikapulver und dem Majoran zum Hackfleisch geben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Von den ausgekühlten Zwiebeln einen Deckel abschneiden, ggfs. den Boden begradigen, damit die Zwiebeln später nicht umfallen. Vorsichtig aushöhlen und dabei einen ca. 1cm dicken Rand stehen lassen. Das innere der Zwiebel fein hacken und unter die Hackfleischmasse mischen.

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Hackfleischmasse in die Zwiebeln füllen, in eine Auflaufform stellen und die Brühe angießen. Für ca. 30 Minuten backen, dann mit Käse bestreuen und noch einmal kurz überbacken.

Dazu passen Bratkartoffeln oder etwas Baguette und ein frischer Salat.

Guten Appetit! :-)

Tipp: Wer mag, kann gerne noch einen EL Schmand/Creme Fraîche unter die Hackmasse mischen oder die Zwiebel zusätzlich mit einer Scheibe Bacon umwickeln (ggfs. mit Zahnstocher fixieren).