



# Spitzkohl - Hackteaks

- **Portionen:** 5-6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '5-6', 'yield' : " } });
```

Abwechslungsreiche Familienküche für jeden Tag, immer wieder hm....

## Zutaten

- 600 g gemischtes Hackfleisch
- 400 g geputzter Spitzkohl in Streifen oder kleinen Blättern
- 100 g durchwachsener Speck in Scheiben
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1/2 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 1 kleines Bund gehackte Petersilie
- 2 Scheiben Toastbrot ohne Rinde, eingeweicht
- 1 Eigelb
- 1 ganzes Ei
- 12 Salbei Blätter
- 3 El Pflanzenöl
- Salz, Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle, 1 Strich geriebene Muskatnuss

## Zubereitungsart

### Schritt1

Den Spitzkohl von den äußeren Blättern befreien, vierteln und den Strunk heraus schneiden. Für ca. 5 min. in kochendes Salzwasser mit etwas Kümmel geben, anschließend in kaltem Wasser abschrecken. Gut ablaufen lassen und mit einem großen Messer grob hacken.

### Schritt2

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch kurz glasig anschwitzen, die Pfanne zurück ziehen und die gehackte Petersilie dazu geben.

### Schritt3

Das Gehackte etwas zerbröseln, den gehackten Kohl, die Zwiebeln, die Eier, das gut ausgedrückte

Toastbrot dazu geben. Herzhaft würzen und zu einem glatten Teig mengen.

#### **Schritt4**

Flach in 12, gleich große Hacksteaks teilen und in die Mitte 1 Salbeiblatt geben.

#### **Schritt5**

Mit feuchten Händen formen und jeweils 2 Speckscheiben darum geben.

#### **Schritt6**

In heißem Pflanzenöl ca. 15 min. von beiden Seiten bei mittlerer Hitze knusprig braten.

#### **Schritt7**

Anrichtevorschlag:

#### **Schritt8**

Dazu schmecken mir gebackene Kartoffeln genau so gut wie ein rustikaler Kartoffelstampf.

**Rezeptart:** Hackfleischgerichte **Tags:** preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spitzkohl-hackteaks/>