



GEFÜLLTE ZWIEBEL- RINGE

mit Hackfleisch
und
Gouda

HAUPTGERICHT

ZUTATEN

Für 2 – 3 Personen:

1 – 2 große rote Zwiebeln
200 g Heinrichsthaler
Reibekäse Gouda
250 g gemischtes Hack-
fleisch
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

ZUBEREITUNG

ca. 30 min

ZUBEREITUNG

Die Zwiebeln schälen und in etwa 1 cm dicke Ringe schneiden. Die einzelnen Ringe vorsichtig voneinander lösen. Möglichst große und stabile Ringe für das Füllen verwenden.

Dann das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen und gut vermengen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe ohne große Hitze vorsichtig ca. 2 – 3 Minuten von beiden Seiten vorgaren. Jetzt die Ringe mit Hackfleisch befüllen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten braten, bis das Hackfleisch fast durch und schön gebräunt ist.

Den Reibekäse großzügig über die Zwiebelringe streuen. Kurz weiterbraten, bis der Käse schmilzt und schließlich goldbraun und knusprig wird.

Die Zwiebelringe behutsam wenden, damit die Käsekruste möglichst am Zwiebelring haften bleibt. Kurz weiterbraten, bis auch die zweite Seite schön knusprig ist.

Unser Tipp: Käse-Cracker als Topping

Übrig gebliebene Käsestreifen oder kleine Kleckse Reibekäse direkt in der Pfanne goldbraun und knusprig braten. Dann vorsichtig herausnehmen und zusammen mit den gefüllten Zwiebelringen servieren. So entstehen ganz nebenbei knusprige Gouda-Cracker als Dekoration.

*Guten
Appetit!*