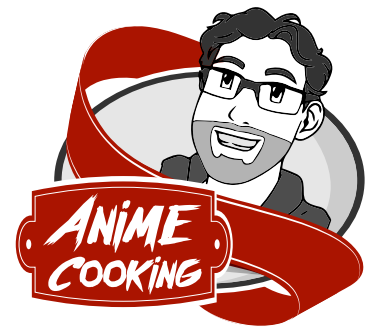


FRIEREN'S HAMBURGER STEAK

Zeitaufwand: **ca. 30 Minuten**

Kategorie: **Hauptgerichte**

Küchenutensilien: **Schüssel, Messer, Pfanne, Auflaufform**



1. Die Zwiebel fein würfeln und glasig anbraten. Danach zur Seite stellen und ein wenig Abkühlen lassen.
2. Für die Sauce rühren wir nun die Zutaten (☉) zusammen.
3. Als nächstes die Zutaten (★) und die abgekühlten Zwiebeln in eine Schüssel geben und alles gut durchkneten.
4. Jetzt formen wir aus der Hackmasse unser Steak und machen der Mitte eine Mulde hinein.
5. Nun braten wir es in der Pfanne ca. 5 Minuten von jeder Seite. (ggf. mit Teller wenden)
6. Als nächstes bestreichen wir das Steak mit unserer Sauce und geben es dann noch für ca. 10 Minuten bei 200 °C in den Backofen.

Für ein Hamburger Steak

- 1 Zwiebel
- 800 g Hackfleisch (★)
- ca. 150 g Panko (★)
- 1 TL Salz (★)
- 1 TL Pfeffer (★)
- 2 Eier (★)
- 1 TL Senf (für die Bindung) (★)
- 2 EL Ketchup (☉)
- 1 TL Worcestersauce (☉)

ITADAKIMASU