



Rinderhacksteaks *mit Feta*

Zutaten für 4 Personen

- 1 EL Rapsöl
- 30 g Zwiebel
- 50 g Paprika
- 50 g Karotte
- 200 g Rinderhackfleisch
- 50 g Röstzwiebel
- 60 g Feta, gewürfelt
- 50 g Magerquark

- Paprikapulver, Knoblauch, Pfeffer, Salz
- 40 g Semmelbrösel
- 1 Ei
- 2 EL Rapsöl

Zubereitung

Das Gemüse in feine Würfel schneiden und in der Pfanne mit Rapsöl kurz andünsten. Restliche Zutaten mit dem Gemüse verkneten und zu Küchle formen. Von beiden Seiten in einer Pfanne mit Öl anbraten.

Im Ofen bei 130 Grad Ober-Unter-Hitze fertiggaren.