

Frikadellen "auf die Schnelle":

Von Sibylle Hansen, www.einfachkochenundbacken.de, beraterin-hansen@web.de

Zutaten:

- 500g Hackfleisch (Rinderhack ist etwas magerer, aber kann auch leicht trocken werden)
- 1 Tüte Zwiebelsuppe
- 150g Saure Sahne oder Schmand

Zubereitung:

In der großen Nixe das Hackfleisch mit der Zwiebelsuppe und dem Schmand verkneten.

Backofen auf 250* Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Aus der Masse ca 8-9 Frikadellen formen und in die Ofenhexe oder auf den Ofenzauberer legen.

Frikadellen ca. 25 Minuten backen, bis sie schön Farbe bekommen haben.



Sibylle Hansen

selbständige Beraterin für Pampered Chef und Thermomix Repräsentantin im Raum Paderborn

Eichenweg 55, 33178 Borcheln, Mobil: 0175 2454 082

Mail: beraterin-hansen@web.de www.einfachkochenundbacken.de