

Liebe Kinder,  
hier ein Rezept für ein leckeres Mittag- oder  
Abendessen. Es gibt ordentlich Kraft! Und zwar ist es ein  
Rezept für

## Frikadellen mit Ecken und Kanten

### Du brauchst:

- 700g gemischtes Hackfleisch (Rinderhackfleisch geht auch)
- Salz, Pfeffer
- 6 EL Ketchup
- 1 gelbe Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 200g Kirschtomaten
- 6 Scheiben Käse (Es darf dein Lieblingskäse sein, und du kannst gerne mehr darauf geben.)

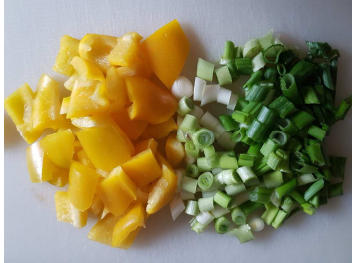
1. Den Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Hack darauf legen und flach drücken.



2. Mit Senf und Ketchup bestreichen, Salz und Pfeffer darauf streuen.



3. Paprika putzen, halbieren, entkernen und waschen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und beides in grobe Stücke schneiden. Tomaten waschen und halbieren.



4. Das Gemüse auf dem Hack verteilen und den Käse darauflegen. Das Ganze im heißen Ofen ca. 25 Minuten backen.



5. Guten Appetit!!!



Dazu passt Salat, Pommes, Brot, Baguette...