

Kartoffel-Salbei-Frikadellen

439

Typ: Fleisch

Quelle: Brigitte

Bemerkungen: Kapern und Sardellen runden den Geschmack sehr ab.

Die Kartoffeln müssen sehr klein gewürfelt werden (< 1 cm), sonst zerfallen die Frikadellen.

Kleiner Trick aus Mutters Kartoffelsalat-Kiste: die (gewürfelten Kartoffeln in Fleischbrühe 5 min kochen und dann in der Brühe abkühlen lassen.

Zutaten: 375 g Kartoffeln
Salz
1 rote Zwiebel
1 El Olivenöl
2 Bund Salbei
500 g Mett (gewürztes grobes Schweinehackfleisch)
1 Ei
2 EL Hafer-Schmelzflocken
etwas abgeriebene Schale einer heiß abgespülten Orange
frisch gemahlener Pfeffer

Rezept: Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser 5 Minuten kochen. Auf ein Sieb geben und abkühlen lassen. Die Zwiebel abziehen, würfeln und in 1 Teelöffel Öl andünsten. Salbeiblättchen von den Stielen zupfen. Die Hälfte davon beiseite legen, die restlichen Blättchen in Streifen schneiden und in 1 Teelöffel Öl braten. Mett, Zwiebeln, gebratenen Salbei, Ei, Schmelzflocken und 1/2 Teelöffel Orangenschale gut verkneten. Die Kartoffelwürfel unterheben. Mit etwas Salz (Mett ist schon vorgewürzt) und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. 5 dicke Frikadellen formen. Auf die Ober- und Unterseite der Frikadellen jeweils etwa 4 Salbeiblättchen drücken. Die Frikadellen ins restliche heiße Öl geben und bei kleiner bis mittlerer Hitze von jeder Seite etwa 10 Minuten braten

Tipp

Sie können auch noch 2 klein gehackte Sardellen oder 2 Esslöffel Kapern unter den Fleischteig mischen.

Dazu: Blattsalat und Brot.