

# Weißkohl-Speck-Frikadellen

## Für 2 Personen:

1/2 Weißkohl	1 Msp. Salz	1 Zwiebel
4 Sch. Speck	4 Frühlingszwiebeln	6 EL Bratöl Butter
1-2 EL Butter	1 Msp. Pfeffermix	1 Msp. scharfes Gewürz
2 Eier	4 EL Haferflocken	2 EL Mehl
1 Spur Ketchup	1 Spur Senf (optional)	

Weißkohl grob reiben und in eine Schüssel geben. Den Weißkohl kräftig salzen, vermengen und ca. 10 Min.

ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Zwiebel in feine, Speck in grobe Streifen und Frühlingslauch in dünne Ringe schneiden und anschließend in 2 EL heißem Bratöl ca. 5 Min.

kräftig anbraten. Dann Butter dazugeben und mit Pfeffermix und Scharfem Gewürz würzen.

Weißkohl auf ein sauberes Geschirrtuch geben, den Kohl darin einwickeln und das Wasser durch das Geschirrtuch aus dem Kohl pressen.

Den ausgepressten Weißkohl zusammen mit der gebratenen Zwiebel-Speckmischung und den Eiern in eine Schüssel geben und gut vermengen. Haferflocken und Mehl gleichmäßig unter die Weißkohl-Masse rühren und für ca. 5 Min quellen lassen.

Die Weißkohl-Masse zu Frikadellen formen und in 4 EL heißem Bratöl von beiden Seiten bei mittlerer Hitze für ca. 10-12 Min. goldbraun braten.

Frikadellen auf Tellern anrichten und Ketchup, Senf oder warme Teriyakisauce dazureichen

Steffen Henssler am 25. April 2023