

Fleisch-Küchle mit Rosenkohl und Stampf-Kartoffeln

Für zwei Personen

250 g Rinderhack	3 Scheiben Toastbrot	3 mehligk. Kartoffeln
300 g Rosenkohl	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Vanilleschote	1 Bund Majoran	150 g Emmentaler
1 Ei	200 g Butter	200 ml Milch
100 ml trockener Weißwein	1 EL Macadamiaöl	Sonnenblumenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Rosenkohl putzen und vierteln. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark auskratzen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Das Vanillemark und den Rosenkohl dazugeben und ebenfalls etwas anschwitzen. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze garen lassen. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit Dampfgareinsatz garen lassen. Für die Fleischküchle die Toastscheiben von der Rinde befreien und in kleine Würfel schneiden. Etwas Milch in eine Schüssel geben und die Toastwürfel darin einweichen. Die Knoblauchzehe abziehen und den Majoran waschen, trocknen und ein paar Blätter zupfen. Beides fein hacken und in die Schüssel geben. Den Käse reiben und mit dem Hackfleisch und dem Ei hinzugeben und alles miteinander vermengen, bis eine gleichmäßige Masse entstanden ist. Aus der Fleischmasse kleine Bällchen formen. Etwas Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin anbraten. Die Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken. Die restliche Milch, die restliche Butter und das Macadamiaöl hinzugeben und gut vermengen. Die Fleischküchle mit dem Rosenkohl und dem Kartoffelstampf auf einem Teller anrichten und servieren.

Laura Müller am 07. März 2012