

Rinder-Frikadellen mit Kartoffel-Püree und Spitzkohl

Für zwei Personen

200 g Rinderhack	30 g Speck	8 mehligk. Kartoffeln
2 Scheiben Weißbrot	1 Spitzkohl	2 Schalotten
1 unbehandelte Limette	1 Ei	5 EL Butter
100 g Joghurt, 3,5 %	200 ml Milch	2 EL Mehl
2 EL Senf	150 ml Gemüsefond	100 ml Rinderfond
1 Zweig Oregano	Olivenöl	Paprikapulver
Muskatnuss	weißer Pfeffer	Salz
schwarzer Pfeffer		

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, dann im Salzwasser gar kochen. Anschließend den Kohl waschen, der Länge nach aufschneiden und vom Strunk befreien. Dann den Kohl klein schneiden und in einem Topf mit etwas Butter erhitzen. Mit dem Gemüsefond aufgießen und dann zugedeckt etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren lassen. Die Schalotten abziehen und klein hacken. Dann mit dem Rinderhack, dem Weißbrot, dem Senf und den gezupften Kräutern vermengen. Das Ei aufschlagen und ebenfalls mit der Masse vermengen. Dann das Ganze zu Frikadellen formen und diese bei mittlerer Hitze in etwas Olivenöl anbraten. Den Spitzkohl aus dem Topf nehmen und den Gemüsefond durch ein Sieb passieren. Dann den Joghurt mit dem Mehl verrühren und in einen Topf geben. Den Gemüsefond unterrühren und das Ganze unter Rühren aufkochen lassen. Anschließend die Schale der Limette abreiben, dann die Limette aufschneiden und auspressen. Den Limettensaft und den Schalenabrieb unterrühren. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Speck anbraten und zusammen mit dem Spitzkohl und der Limettensauce zu den Frikadellen geben. Dann das Ganze kurz durchschwenken. Die Kartoffeln stampfen und die restliche Butter und die Milch hinzufügen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss-Abrieb abschmecken.

Andreas Witte am 12. März 2012