

Frikadellen mit Bratkartoffeln und Blumenkohl

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

300 g gemischtes Hackfleisch	1 altbackenes Brötchen	1 Zwiebel, mittelgroß
1 Zehe Knoblauch	1 Zweig Rosmarin	0,5 Bund krause Petersilie
3 EL Paniermehl	1 Ei	1 EL scharfer Senf
2 EL Sojasauce	1 EL Butterschmalz	Milch
gerebelter Majoran	Paprikapulver	Pfeffer
Salz		

Für die Bratkartoffeln:

100 g durchwachsener Speck	6 festk. Kartoffeln	1 Zwiebel, klein
1 Zweig Rosmarin	2 EL Margarine	2 EL Rapsöl
1 TL Kümmel	Salz	

Für den Blumenkohl:

1 Kopf Blumenkohl	0,5 Bund krause Petersilie	50 g Butter
Paniermehl	Salz	

Für die Garnitur:

2 Gewürzgurken	4 eingelegte Perlzwiebeln
----------------	---------------------------

Für die Bratkartoffeln Kartoffeln schälen, waschen und in circa einen Zentimeter große Würfel schneiden. Eine Pfanne mit Rapsöl und Rosmarin erhitzen und Kartoffeln darin knusprig anbraten. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Speck in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffeln salzen. Gegen Ende der Garzeit Zwiebel und Speck dazugeben und bei reduzierter Hitze mitbraten.

Für den Blumenkohl Kohl putzen, Röschen abtrennen, waschen und in einen Topf mit kaltem, leicht gesalzenem Wasser geben. Blumenkohl zum Kochen bringen, vom Herd nehmen und dann 20 Minuten im heißen Wasser ziehen lassen.

Für die Frikadellen Brötchen vom Vortag in Milch einweichen. Petersilie zupfen und fein hacken. Zwiebel abziehen und klein würfeln. In einer Schüssel Ei, Sojasauce, Senf, ausreichend Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Majoran zu einer Marinade verrühren. Hackfleisch dazu geben und alles gut vermengen. Eingeweichte Brötchen gut ausdrücken, zerkleinern und ebenfalls untermengen. Sollte die Masse zu feucht sein, Paniermehl dazugeben. Zuletzt Petersilie unterheben. Pfanne mit Butterschmalz erhitzen. Aus der Masse kleine Kugeln formen, plattdrücken und im heißen Fett anbraten. Knoblauch andrücken und ebenso wie Rosmarinzweige in Bratfett geben.

Blumenkohl abgießen. Pfanne erhitzen und Butter zum Schmelzen bringen. Paniermehl dazugeben, sodass Brösel entstehen. Anschließend Blumenkohlröschen darin schwenken. Petersilie zupfen und darüber streuen.

Frikadellen mit Bratkartoffeln und Blumenkohl auf Tellern anrichten, mit Gewürzgurken und Perlzwiebeln garnieren und servieren.

Hans-Ludwig Klein am 19. Oktober 2015