

# Möhren mit Frikadelle, Mettwurst, Petersilien-Pesto

## Für zwei Personen

### Für das Durcheinander:

1 Bund dünne Karotten	6 mehligk. Kartoffeln	1 Dose weiße Riesenbohnen
1 Scheibe durchw. Bauchspeck	3 lange, dünne Mettwürste	1 dicke Mettwurst
1 Zwiebel	1 EL Honig	2 EL Butter
50 ml Balsamico	100 ml Geflügelfond	200 ml Gemüsefond
2 TL Tomatenmark	Öl	1 Muskatnuss
Zucker	Salz	Pfeffer

### Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	2 rote Zwiebeln	2 Zweige glatte Petersilie
2 Stiele Schnittlauch	50 ml Balsamico Bianco	1 EL Honig
1 EL Aprikosenmarmelade	1 Stück Zartbitterschokolade	200 ml Olivenöl
grobes Meersalz	Salz	Pfeffer

### Für die Frikadelle:

200 g Schweinehack	200 g Kalbshack	1 Brötchen, vom Vortag
1 Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	2 Eier
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	100 ml Vollmilch	2 TL Tomatenmark
1 TL Dijonsenf	2 EL Worcestersauce	brauner Zucker
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

### Petersilien-Pesto:

1 Bund glatte Petersilie	20 g Pinienkerne	50 g Parmesan im Stück
200 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

2 Karotten	2 EL Honig
------------	------------

### Für das Durcheinander:

Die Karotten und Kartoffeln schälen, würfeln und ca. 15 Minuten in Salzwasser kochen. Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Mettwurst kleinschneiden. Bauchspeck würfeln und in Öl und Butter mit kleingeschnittener Mettwurst und Zwiebeln anbraten. Tomatenmark hinzu geben und etwas später den Honig zum glasieren. Mit Balsamico ablöschen. Karotten und Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und in Butter und Öl anbraten. Etwas Zucker, Bohnen und Fond. Ein Teil davon etwas stampfen und dann die 2. Mettwurst hinzu geben und weiter durchziehen lassen. Die bereits angebratene Mettwurst mit dem Bauchspeck später hinzufügen und durchmengen. Etwas Butter hinzugeben.

### Für den Gurkensalat:

Gurke schälen und in eine Schüssel hobeln. Salz darüber geben, vermengen und Wasser mit Hilfe eines Küchenpapiers ausdrücken.

Zwiebel abziehen und feinschneiden. Zu den Gurken geben. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, feinschneiden und ebenfalls dazugeben. Aus Balsamico, Honig, Aprikosenmarmelade, Olivenöl, Pfeffer und Salz eine Marinade anrühren. Mit dem Gurken-Salat vermengen und ziehen lassen. Am Ende Schokolade über den Salat raspeln.

### Für die Frikadelle:

Zwiebel abziehen und kleinhacken. Knoblauch abziehen, reiben und zusammen mit der Zwiebel in eine große Schale geben. Beide Hackfleischsorten dazu. Brötchen würfeln und in der Milch einweichen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, kleinschneiden und mit den Eiern zum Hack geben. Mit Zucker, Salz, Pfeffer, Worcestersauce, Tomatenmark und Senf würzen. Eingeweichtes

Brötchen dazugeben. Alles gut durchkneten.

Öl in einer Pfanne erhitzen und aus der Masse Frikadellen formen. In die Pfanne geben und darin kross anbraten. Darauf achten, dass sie nicht zu durch braten und innen zartrosa bleiben.

**Petersilien-Pesto:**

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und in einen Mixer geben.

Parmesan reiben. Pinienkerne, Parmesan, Olivenöl, Salz und Pfeffer dazugeben und gut durchmischen.

**Für die Garnitur:**

Karotten schälen, mit Honig glasieren, in der Pfanne schwenken und anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Meik Zinkhan am 26. August 2019