

Kalb-Frikadellen mit Wurzel-Gemüse, Estragon-Senf-Soße

Für zwei Personen:

Für die Frikadellen:

500 g Kalbshackfleisch	1 altes Brötchen	2 Schalotten
1 Ei	1 EL feiner Senf	3 Zweige Petersilie
200 ml Milch	Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Für das Wurzelgemüse:

1 rote Bete	4 Knollensellerie	1 Pastinake
1 Wurzelpetersilie	2 Karotten	1 EL Weißweinessig
2 EL Zucker Butter	Rapsöl Salz, Pfeffer	

Für die Sauce:

1 Becher Crème-fraîche	2-3 EL grober Dijonsenf	2 EL Honig
1/2 Bund Estragon	Salz Pfeffer	

Für die Frikadellen:

Den Ofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Das Brötchen in Wasser oder Milch einweichen und gut ausdrücken.

Schalotten abziehen und fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln fein hacken und zusammen mit dem Brötchen, den Schalotten, Ei, Senf, Petersilie und Hackfleisch vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Masse die Frikadellen formen und in der Pfanne in Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun anbraten. In den Ofen schieben und ca. 10- 15 Minuten durchgaren lassen.

Für das Wurzelgemüse:

Gemüse schälen, Enden entfernen und in kleine Würfel schneiden. Butter und Öl in der Pfanne erhitzen und Gemüswürfel so lange darin anrösten, bis sie gar sind. Mit Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend mit Zucker karamellisieren.

Für die Sauce:

Estragon abbrausen, trockenwedeln und hacken. Estragon mit Honig, Crème fraîche und Senf verrühren. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Janna Budesheim am 18. Juni 2020