

Frikadellen, Kartoffel-Püree, Zwiebeln, Salat mit Feta

Für zwei Personen

Für das Püree:

200 g mehligk. Kartoffeln 100 ml Milch 50 g Butter

Muskatnuss Salz Pfeffer

Für die Frikadellen:

400 g Kalb-Hackfleisch 1 altbackendes Brötchen 1 Zwiebel

2-3 Anchovis 1 Ei 120 ml Milch

1 TL Senf 2 Zweige Majoran $\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie

1 TL edelsüßes Paprikapulver 1 TL Piment d'Espelette 1 TL getroc. Oregano

2 EL Paniermehl Öl Salz, Pfeffer

Für die Zwiebeln:

3 große Gemüsezwiebeln 2 EL Butter 1 EL Öl

1 TL Zucker Salz Pfeffer

Für den Salat:

3 Tomaten 1 rote Paprikaschote 1 Gurke

1 kleine rote Zwiebel 100 g Feta 1 EL Rotweinessig

1 TL getrock. Oregano 2 EL Olivenöl Salz, Pfeffer

Für das Püree:

Die Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und in einem großen Topf mit gesalzenem Wasser etwa 15-20 Minuten garkochen. Dann abgießen und zurück in den Topf geben. Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Butter und Milch hinzufügen und gut vermengen, bis ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für die Frikadellen:

Zwiebel abziehen und fein hacken. Brötchen in Milch einweichen.

Petersilie und Majoran hacken. In einer Schüssel Hackfleisch, Zwiebel, Petersilie, Majoran, Anchovis, Ei, eingeweichtes Brötchen, Paniermehl (nach Bedarf), Senf, Paprikapulver, Piment d'Espelette, Oregano, Salz und Pfeffer vermengen. Aus der Masse kleine Frikadellen formen und die Frikadellen in etwas Öl von beiden Seiten goldbraun braten, bis sie durchgegart sind.

Für die Zwiebeln:

Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Zwiebeln in einer Pfanne in Butter und Öl bei mittlerer Hitze etwa 10-15 Minuten braten, bis sie weich und goldbraun sind. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für den Salat:

Tomaten würfeln. Paprika halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und würfeln. Gurke schälen und würfeln. Zwiebel abziehen und fein hacken. Feta würfeln. Tomaten, Paprika, Gurken, Zwiebeln und Feta in einer Schüssel vermengen. Olivenöl und Rotweinessig hinzufügen und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.

Svetozar Savi am 08. Juli 2024