

Fleisch-Pflanzerl, Kartoffel-Püree, Karotten-Espuma

Für zwei Personen

Für die Fleischpflanzerl:

300 g gem. Hackfleisch	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 Eier	1 EL mittelscharfer Senf	100 g feine Haferflocken
getrockneter Majoran	geräuch. Paprikapulver	Chiliflocken
Piment d'Espelette	Öl	Salz, Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

300 mehligk. Kartoffeln	125 g Butter	100 ml Milch
100 ml Sahne	Muskatnuss	Salz

Für das Karotten-Espuma:

250 g große Karotten	100 ml Sahne	gemahlener Zimt
----------------------	--------------	-----------------

Für die glasierten Karotten:

250 g große Karotten	10 g Ingwer	100 g Butter
2 EL Zucker	1 Vanilleschote	Currypulver

Für die Fleischpflanzerl:

Das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer, Senf und den anderen Gewürzen vermengen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Beides zusammen mit den feinen Haferflocken und Eiern zu der Hackfleischmasse geben. Einen Moment ruhen lassen und anschließend kleine Pflanzerl formen. Pflanzerl langsam in einer Pfanne in Öl braten.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln in einem Topf mit Wasser weichkochen. Anschließend schälen und durch eine Kartoffelpresse pressen. Butter schmelzen, Sahne und Milch erhitzen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken und die Kartoffelmasse mit den erwärmten Flüssigkeiten vorsichtig zu einem geschmeidigem Püree rühren.

Für das Karotten-Espuma:

Karotten in einem Topf mit Wasser weichkochen. Karotten und Sahne mit einem Pürierstab zerkleinern. Mit Zimt abschmecken und durch ein feines Sieb streichen. In eine Espumafflasche füllen und in einem Wasserbad warm halten.

Für die glasierten Karotten:

Karotten schälen, dann mit einem Sparschäler in dünne Streifen schälen. Zucker mit der Butter in einer Pfanne schmelzen. $\frac{1}{2}$ Vanilleschote auskratzen. Mark und Schote erhitzen. Ingwer schälen, kleinschneiden und hinzugeben. Karotten hinzugeben. Mit Currypulver würzen. Vor dem Servieren die Vanilleschote entfernen.

Ruth Richter am 03. März 2025