

# Polpettine, Möhren-Salat, Ciabatta, Tomaten-Confit

**Für zwei Personen**

<b>Für die Fleischbällchen:</b>	250 g gem. Hackfleisch	50 g ital. Salami
75 g Parmaschinken	75 g Koch-Schinken	2 Eier
80 g Parmesan	3 EL dunklen Balsamico	Sonnenblumenöl
50 g Paniermehl	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
100 g Zucker	Salz, Pfeffer	
<b>Für den Salat:</b>	3 Möhren	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Saft, Abrieb	5 EL Olivenöl	3 EL Pinienkerne
1 Bund glatte Petersilie	Salz	Pfeffer
<b>Für das Confit:</b>		
16 Kirschtomaten	1 Zitrone, Abrieb, Saft	150 ml Weißwein
1 EL hellen Balsamico	70 g Sesamsamen	3 Zweige Thymian
$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	1 EL Zucker	Salz, Pfeffer
<b>Für das Ciabatta:</b>		
$\frac{1}{4}$ Ciabatta	1 Knoblauchzehe	Olivenöl, Salz
<b>Für die Garnitur:</b>	20 g Parmesan	

**Für die Fleischbällchen:** Den Parmesan reiben. Salami, Parmaschinken und gekochten Schinken klein schneiden und mit den Eiern, dem gemischten Hackfleisch, dem Paniermehl, dem Parmesan, Salz und Pfeffer vermengen. Petersilie hacken und ebenfalls hinzufügen. Masse zu kleinen Bällchen formen und in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Fleischbällchen anschließend warmhalten. In der gleichen Pfanne den Essig, etwas Wasser und den Zucker dazugeben und einkochen. Hackbällchen hineinlagen und durchschwenken.

**Für den Salat:** Möhren schälen und in dünne Streifen schälen. Zitronensaft auspressen und Zitronenschale abreiben. Knoblauch abziehen. Petersilie, Pinienkerne und Knoblauch grob hacken und mit Olivenöl, Zitronensaft und Zitronenabrieb vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Confit:** Sesamsamen in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Kirschtomaten halbieren. Zucker bei geringer Hitze in einer Pfanne karamellisieren. Thymian und Basilikum hacken. Tomaten mit der Schale nach unten in die Pfanne mit dem Zucker geben und mit Thymian und Basilikum bestreuen. Mit Balsamicoessig ablöschen und 5 Minuten schmoren. Nach und nach den Weißwein hinzugeben und köcheln lassen, bis die Tomaten schrumpelig sind. Zitronenschale abreiben und Basilikum hacken. Mit Salz, Pfeffer und gehacktem Basilikum, Zitronenabrieb und Olivenöl abschmecken und auf den Brotscheiben anrichten.

**Für das Ciabatta:** Zwei Scheiben abschneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl rösten. Brot mit Knoblauch einreiben.

**Für die Garnitur:** Parmesan reiben und über die Fleischbällchen streuen. Hackbällchen mit dem Bruschetta auf einem vorgewärmten Teller anrichten und mit Parmesan bestreuen. Tomaten-Confit in eine Servierschale geben und mit geröstetem Sesam bestreuen.

Anja Rummel am 30. September 2025