

Rinder-Frikadellen, Kohlrabi-Gemüse und Kartoffel-Püree

Für 2 Personen

250 g Hackfleisch, vom Rind	3 Kartoffeln, mehlig	1 Kohlrabi, mittelgroß
1 Zwiebel	1 Ei	0,5 Brötchen, vom Vortag
1 Zweig Thymian	1 Muskatnuss	100 ml Milch
0,5 Bund Petersilie, kraus	5 EL Sahne	1 EL Mehl
500 ml Gemüsefond	1 EL Senf, mittelscharf	1 Prise Paprikapulver
4 EL Butter	Pfeffer	Salz

Das Brötchen in Wasser einweichen. Den Kohlrabi schälen und in Stifte schneiden. Die Stifte in einem Topf mit Salzwasser und Gemüsefond gar kochen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Das Ei aufschlagen. Die Thymianblätter zupfen. Das Brötchen ausdrücken. Das Ganze mit dem Hackfleisch vermengen. Mit dem Senf, Paprika, Salz und Pfeffer würzen und gut vermengen. In zwei gleich große Portionen teilen und zu Frikadellen formen. In einer Pfanne einen Esslöffel Butter erhitzen und die Frikadellen von beiden Seiten anbraten. Den Kohlrabi abschütten und beiseite stellen. Das Kochwasser auffangen. Zwei Esslöffel Butter in einem Topf zum Schmelzen bringen. Mehl darüber streuen, mit dem Schneebesen verrühren und kurz anrösten lassen. Mit Milch und der Hälfte des Kochwassers ablöschen, gründlich verrühren und aufkochen lassen. Drei Esslöffel Sahne hinzugeben. Etwas von der Muskatnuss abreiben und hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Kohlrabi wieder hinzugeben. Die Kartoffeln abgießen und stampfen. Die restliche Butter und Sahne hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie abzupfen, fein hacken und mit zu dem Püree geben. Die Frikadellen auf den Tellern anrichten. Das Kohlrabigemüse mit der Soße gleichmäßig verteilen. Das Kartoffel-Püree neben dem Gemüse anrichten.

Astrid Lang am 08. Februar 2010