

Schwedische Hack-Bällchen, Kräuter-Fladen, Salat

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|------------------------|-------------------------------|
| 300 g Rinderhack | 40 g Semmelbrösel | 350 g rote, weiße, gelbe Bete |
| 1 rote Zwiebel | 1 unbehandelte Zitrone | 1 Bund Schnittlauch |
| 1 Bund Dill | 1 Bund Petersilie | 110 g Mehl |
| 3 Eier | 300 ml Milch | 30 g Crème-double |
| 150 ml Rinderfond | 100 g Preiselbeeren | 1/2 TL Piment |
| 50 ml Rotweinessig | 50 ml Olivenöl | Pflanzenöl |
| schwarzer Pfeffer | Salz | |

Die Kräuter abzupfen und klein hacken. Die Zitrone aufschneiden und auspressen. Das Hackfleisch mit einem Ei, 50 Millilitern Milch, den Semmelbröseln, dem Piment und einer Handvoll Kräutern zu einem Teig vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu 15 kleinen Bällchen formen. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischbällchen darin rundherum anbraten. Anschließend die Bällchen aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller beiseite stellen. Den Bratensatz mit dem Rinderfond, einem Teelöffel Mehl, der Crème double, einem Spritzer Zitronensaft und einem Esslöffel Preiselbeeren aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fleischbällchen wieder in die Pfanne geben und in der Sauce wenden. Die Bete waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bete ein paar Minuten darin erwärmen. Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Den Rotweinessig mit dem Olivenöl vermengen, etwas gehackten Schnittlauch und die Zwiebel dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing über die noch warme Bete träufeln. Aus der restlichen Milch, den restlichen Eiern und dem restlichen Mehl einen flüssigen Teig herstellen. Diesen mit Salz und Pfeffer abschmecken und eine Handvoll gehackte Kräuter hinzugeben. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und aus dem Teig zwei Pfannkuchen backen. Die schwedischen Fleischbällchen mit der Sauce, den Kräuterfladen und dem bunten Bete-Salat auf Tellern anrichten, mit etwas gehacktem Dill und je einem Klecks Preiselbeeren garnieren und servieren.

Silke Schiller am 07. September 2011