

Frikadellen und paniertes Bauchfleisch mit Rahm-Rosenkohl

Für 2 Personen

4 Scheiben durchw. Bauchfleisch	200 g Schweinehack	200 g Rinderhack
200 g Tatar	30 g Schinkenspeck	4 Scheiben Weißbrot
200 g Paniermehl	400 g Rosenkohl	1 Zitrone
4 Eier	50 g Butter	300 ml Milch
60 g Mehl	1 Bund Estragon	1 Muskatnuss
getrockneter Majoran	Schweineschmalz	Meersalz
schwarzer Pfeffer		

Die Weißbrotscheiben in Wasser einweichen und anschließend gut ausdrücken. Das Hackfleisch und das Tatar mit zwei Eiern und dem Brot in eine Schüssel geben. Die Masse kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Die Blätter des Estragons von den Zweigen zupfen, grob hacken und zu dem Hackfleischgemisch geben. Das Paniermehl solange zu der Masse geben, bis eine homogene feste Konsistenz entsteht. Alles gut zu einem Frikadellenteig kneten. Schweineschmalz in einer Pfanne zergehen lassen. Die Masse zu gleichmäßig flachen Scheiben formen und in der Pfanne auf jeder Seite gut durchbraten. Die Schwarte und eventuelle Knochen von dem Bauchfleisch entfernen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend eine Panierstraße aufbauen. Dafür ein flaches Gefäß mit zwei Esslöffeln Mehl füllen. Ein zweites wird mit zwei Eiern, einer Prise Salz und einem halben Teelöffel getrockneten Majoran gefüllt und vermischt. Zum Schluss noch einen Teller mit Paniermehl bereit stellen. Die Bauchfleische der Reihenfolge nach erst mehlieren, dann in die Ei-Masse tauchen und zum Schluss fest mit Paniermehl bedecken. Schweineschmalz in einer Pfanne zerlassen und das Bauchfleisch goldbraun braten. Für das Rosenkohlgemüse die äußeren Blätter dessen entfernen, den Strunk bis zum Blattbeginn abschneiden und kreuzweise einschneiden. Den Rosenkohl in kochendes Salzwasser geben und 15 Minuten garen. Anschließend im Sieb abgießen. Den Speck in den Topf geben, leicht anbraten, anschließend die Butter darin zerlassen und unter ständigem Rühren das Mehl hinzufügen. Anschließend langsam Milch zugeben bis die Soße eine cremige Konsistenz erhält. Die Muskatnuss reiben. Die Soße mit Salz, Pfeffer und einer geriebenen Muskatnuss und etwas Zitronensaft abschmecken und den Rosenkohl zufügen. Die Frikadellen mit dem Rosenkohl, dem Bauchfleisch und der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Reiner Granderath am 27. Dezember 2011