

Frikadellen mit Möhren-Streifen und Kartoffel-Talern

Für zwei Personen

200 g Hackfleisch, gemischt	2 feste Kartoffeln, groß	1/2 Brötchen
3 Karotten	1 Schalotte	1 Ei
250 ml Kokosmilch	Hackfleischgewürzmischung	Currypulver, Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Anschließend auf ein Backblech legen, mit Olivenöl bestreichen und für 20 Minuten bei 180 Grad goldbraun backen. Die Kartoffeln nach dem Backen noch salzen und pfeffern. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Die Schalotte abziehen, fein hacken und in der Pfanne kurz andünsten. Das halbe Brötchen kurz einweichen und anschließend mit dem Hackfleisch in einer Schüssel vermengen. Die Schalotte, das Ei und das Hackfleischgewürz ebenfalls dazugeben. Die Masse zu gleichmäßigen Klößen formen und auf einer bemehlten Fläche flachdrücken. Eine weitere Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Frikadellen darin langsam braun braten. Für die Karotten eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Die Karotten waschen, schälen, mit einem Sparschäler in feine Streifen schneiden und anschließend in der Pfanne andünsten und bissfest garen. Das Karottengemüse mit Currypulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kokosmilch dazugeben und leicht einkochen lassen. Die Frikadellen mit den Kartoffeltalern auf Tellern anrichten. Die Möhrenstreifen zu einem Nest formen und alles mit der restlichen Kokossauce garnieren.

Christian Hoffmann am 30. Dezember 2013