

Omas Frikadellen mit 'Gold-Silber-Gemüse', Röstzwiebeln

Für zwei Personen

250 g Schweinehackfleisch	250 g Kartoffeln, mehligk.	250 g Karotten
3 Zwiebeln	1 Schalotte	1 Ei
1 EL Semmelbrösel	$\frac{1}{2}$ Brötchen, vom Vortag	1 Bund Petersilie
$\frac{1}{2}$ Bund Bärlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Sauerampfer	Margarine, Rapsöl
Meersalz, Muskatnuss	Salz, Pfeffer	

Das halbe Brötchen vom Vortag in Wasser einweichen, gut ausdrücken und in einer ausreichend großen Schüssel mit dem Hackfleisch vermengen. Das Ei aufschlagen und dazugeben. Eine Zwiebel abziehen, fein würfeln und mit in die Schüssel geben. Die Masse mit etwas Pfeffer und dem Meersalz kräftig abschmecken. Den Bärlauch und den Sauerampfer gründlich waschen, klein schneiden und zusammen mit den Semmelbröseln zur Frikadellenmasse geben. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, anschließend das Hackfleisch zu Frikadellen formen und in der Pfanne durchbraten. Die Kartoffeln schälen und in mittelgroße Stifte schneiden. Die Karotten ebenfalls schälen und in Stifte schneiden. Die Schalotte abziehen und klein schneiden, anschließend zusammen mit etwas Margarine in einem Topf anschwitzen. Die Karotten und die Kartoffeln zugeben. Das Gemüse anschließend mit etwas Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt bei mittlerer Hitze circa 20 Minuten garen. Die übrige Zwiebel abziehen, in dünne Ringe schneiden, anschließend in dem Bratfett der Frikadellen anbraten und garen, anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie waschen, trocken tupfen, klein schneiden und nach dem Garen über das Gemüse streuen. Die Frikadellen zusammen mit dem Gemüse und den Röstzwiebeln auf einem Teller anrichten. Mit etwas Petersilie garnieren und servieren.

Ude Biedinger am 26. Mai 2014