

Fleisch-Bällchen, Tomaten-Fenchel-Soße, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Bällchen:

150 g Kalbshackfleisch	150 g Schweinehackfleisch	75 g Semmelbrösel
1 Zwiebel	1 Zitrone	1 Ei
30 g Parmesan	5 Zweige glatte Petersilie	1 TL Fenchelsamen
1 TL geräuch. Paprikapulver	1 Prise Cayennepfeffer	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

1/2 Fenchelknolle	250 g bunte Kirschtomaten	250 g passierte Tomaten
100 ml trockener Weißwein	1 EL Anislikör	1 TL Ras el Hanout
1 Prise Zucker	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Stampf:

250 g Sellerieknolle	4 mittelgroße mehligk. Kartoffel	30 g Butter
50 ml Milch	Muskatnuss	Salz

Für die Bällchen:

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und Schale abreiben. Zwiebel abziehen und fein hacken. Parmesan reiben. Kalbshackfleisch und Schweinehackfleisch mit Semmelbröseln, Ei, gehackten Zwiebel, Zitronenabrieb, Parmesan, Petersilie, Fenchelsamen, Cayennepfeffer und Paprikapulver in einer Schale vermengen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und 6-8 kleine Fleischbällchen daraus formen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und ggf. auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Beiseitestellen.

Für die Tomaten-Fenchel-Sauce:

Fenchel putzen, den Strunk entfernen. Das Grün abschneiden und beiseite legen. Fenchel in dünne Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Nach 5 Minuten mit Anislikör und Weißwein ablöschen und ca. 2 Minuten köcheln lassen. Kirschtomaten putzen, halbieren und zusammen mit den passierten Tomaten zum Fenchel geben. Sauce mit Ras el Hanout, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fleischbällchen zur Sauce geben und alles zugedeckt 5 Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren mit Fenchelgrün garnieren.

Für den Stampf:

Sellerieknolle putzen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Kartoffeln ebenfalls schälen und klein schneiden. Sellerie und Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser etwa 20 Minuten weich kochen. Das Wasser abgießen, das Gemüse auffangen und ausdampfen lassen. Gemüse zurück in den Topf geben, Butter und Milch hinzugeben und alles zu einem Stampf verarbeiten. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Lynn Harder am 28. Oktober 2019