

Frikadellen mit Fenchel-Kartoffel-Stampf, Fenchel-Salat

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

200 g Kalbshackfleisch	200 g Salsiccia mit Fenchel	2 Scheiben Toastbrot
100 g Parmesan	1 Ei	150 ml Milch
2 Zweige Estragon	1 Msp. Kreuzkümmel	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Stampf:

1-2 Fenchelknollen	3-4 Kartoffeln	100 ml Sahne
1-2 EL Butter	1 TL Fenchelsamen	Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Für den Fenchelsalat:

1 Fenchelknolle mit Grün	1 Orange	1 EL Senfkörner
2 TL Agavendicksaft	100 ml Aceto bianco	200 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Estragon-Mayonnaise:

1 Ei	1 TL Dijonsenf	1 TL süßer Senf
1 TL Estragonsenf	1 TL getrockneter Estragon	2-3 Zweige Estragon
Puderezucker	150-200 ml neutrales Pflanzenöl	Salz

Für das Estragon-Öl:

50 g Estragon	50 g Schnittlauch	100 ml Olivenöl
200 ml Sonnenblumenöl	Salz	

Für die Garnitur:

essbare Blüten

Für die Frikadellen:

Den Estragon abbrausen und trockenwedeln. Blätter abzupfen und fein schneiden. Vom Toastbrot die Rinde abschneiden, das Toastbrot in kleine Stücke schneiden und in Milch einweichen. Salsiccia-Brät aus dem Darm drücken und Brät mit dem Hackfleisch mischen. Parmesan reiben. Ei trennen und das Eigelb auffangen. Hackfleischmischung mit 2-3 TL Parmesan, Eigelb, Estragon, Kreuzkümmel sowie Salz und Pfeffer mischen. Toastbrot ausdrücken und unter die Hackfleischmasse mischen.

Alles zu einer homogenen Masse verarbeiten. Nach Bedarf abschmecken. Kurz ruhen lassen. Aus der Masse Frikadellen formen und in Olivenöl rundum anbraten.

Für den Stampf:

Kartoffeln schälen und klein schneiden. Vom Fenchel das Grün abschneiden und beiseitelegen. Fenchel putzen und klein schneiden.

Kartoffeln und Fenchel in Salzwasser weichkochen. Anschließend abseihen und stampfen.

Die Sahne erwärmen. Fenchelsamen im Mörser zerkleinern. Stampf mit der Sahne mischen, bis die richtige Konsistenz erreicht ist. Butter hinzufügen und mit Salz und Pfeffer sowie Muskatnuss und gemörserten Fenchelsamen abschmecken.

Für den Fenchelsalat:

Vom Fenchel das Grün abschneiden und beiseitelegen. Fenchel in sehr feine Scheiben hobeln. Mit Senfkörnern mischen. Agavendicksaft, Aceto bianco, Salz, Pfeffer und Olivenöl verrühren, über den Fenchel geben und durchmischen. Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Zum Fenchel geben.

Für die Estragon-Mayonnaise:

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle Ei trennen und das Eigelb auffangen. Aus Eigelb, Dijonsenf und Öl eine Mayonnaise herstellen. Estragon abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Estra-

gon, süßen Senf, Estragonsenf und getrockneten Estragon unter die Mayonnaise heben und mit Puderzucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Estragon-Öl:

Estragon und Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und grob hacken.

Sonnenblumenöl in einem Topf vorsichtig auf 70 Grad erhitzen, dann in einem Mixer oder in einem hohen Gefäß mit einem Pürierstab zusammen mit dem Olivenöl und den grob gehackten Kräutern pürieren.

Anschließend durch ein sehr feines Sieb oder Passiertuch abtropfen lassen. Mit Salz abschmecken. In eine Spritzflasche füllen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Blüten garnieren.

Tamara Hesselmann am 22. August 2022