

Frikadelle mit Bratkartoffel-Salat

Für 4 Personen

Für den Salat:

1 kg Kartoffeln, festk.	Salz	1 rote Zwiebel
60 ml Weißweinessig	Zucker	Pflanzenöl
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch	2 Gartenkresse Schälchen
1 EL Senf	150 ml Gemüsebrühe	Pfeffer
4 Radieschen		

Für die Frikadellen:

150 g altbackenes Weizenbrot	1 Zwiebel	2 Stängel glatte Petersilie
400 g Rinderhackfleisch	1/2 TL Fenchelsamen	Salz
Pfeffer	Pflanzenöl	

Für die Eier:

2 EL Pflanzenöl	4 frische Eier	Salz
-----------------	----------------	------

Am Vortag die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser weichkochen, anschließend abgießen, pellen und auskühlen lassen.

Die rote Zwiebel schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

Essig mit knapp der gleichen Menge Wasser in einen Topf geben und pikant mit Salz und Zucker abschmecken. Den Sud aufkochen, die Zwiebelringe in den Sud geben, den Topf vom Herd ziehen und die Zwiebelringe im Sud erkalten lassen.

Für die Frikadellen das Brot in kaltem Wasser einweichen.

Die Zwiebel abziehen und fein schneiden.

Petersilie waschen, trocken schütteln und fein schneiden.

Zwiebel und Petersilie in eine Schüssel geben. Hackfleisch, Fenchelsamen, Salz und Pfeffer zugeben. Zutaten gründlich vermischen.

Die Hackmasse zu kleinen Frikadellen formen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Frikadellen darin rundherum knusprig braun braten.

Die Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden.

In einer Pfanne Pflanzenöl erhitzen und die Kartoffelscheiben darin goldbraun braten.

Die Kräuter abbrausen und trocken schütteln. Petersilie abzupfen, Schnittlauch fein schneiden.

Jeweils etwas von den Kräutern für die Deko beiseitelegen.

Restliche Petersilie, Schnittlauch, Kresse, Senf und der Brühe sehr fein mixen, bis diese möglichst grün ist, mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Radieschen waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden.

Für die Eier eine große beschichtete Pfanne leicht erhitzen.

Das Öl mit einem Pinsel darin verteilen und die Eier vorsichtig in die Pfanne aufschlagen.

Nur jeweils das Eiweiß leicht mit Salz würzen. Die Eier bei mittlerer Hitze langsam garen, bis auch das Eigelb heiß ist (mit leichtem Fingerdruck prüfen).

Die Kräutersauce über die warmen Bratkartoffeln geben, die abgetropften Zwiebelringe und Radieschen untermischen und den Salat abschmecken.

Den Bratkartoffelsalat auf Teller verteilen, Frikadellen und Spiegeleier anlegen, mit den übrigen Kräutern garnieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 24. Januar 2024