

Fleisch-Pflanzerl mit mariniertem Blattsalat und Dukkah

Für zwei Personen

Für die Fleischpflanzerl:

125 g Kalbshackfleisch	125 g Schweinehackfleisch	40 g Toastbrot
50 ml Milch	1 Zwiebel	1 Zitrone
1 Orange	1 Ei	1 Zweig glatte Petersilie
40 g Weißbrotbrösel	getrockneter Majoran	1 TL scharfer Senf
1 Muskatnuss	Öl	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

1 Baby-Romana Salat	1 Handvoll Castell franco	1 Handvoll Pflücksalat
1 EL frisch Kräuter	1 Zitrone	2 EL Dukkah
mildes Chilisalz	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
Pfeffer		

Für die Fleischpflanzerl:

Das Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in einer Schüssel in der Milch einweichen. Zwiebel abziehen und würfeln. 2 EL Zwiebelwürfel in ca. 50 ml Wasser weich dünsten, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Das Ei mit dem Senf, etwas Salz und Pfeffer, einer Prise Muskatnuss und einer Messerspitze Zitronen- und Orangenabrieb verquirlen. Petersilie abbrausen und hacken.

Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Weißbrot, dem verquirlten Ei, den Zwiebelwürfeln, 1 Prise Majoran und 2 EL Petersilie vermischen. Aus der Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen kleine Fleischpflanzerl formen und in den Weißbrotbröseln wenden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pflanzlerl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Salat:

Die Salatblätter waschen, trockenschleudern und etwas zerkleinern.

Petersilie, Minze und Basilikum abbrausen und klein hacken. Mit den Salatblättern vermengen. Zitrone auspressen. Den Salat mit 1 EL Zitronensaft, Olivenöl, Chilisalz, Pfeffer und einer Prise Zucker marinieren.

Den marinierten Salat mittig auf Teller setzen, die Fleischpflanzerl anlegen und mit Dukkah bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 06. März 2020