

# Frikadellen

## Für 2 Personen

500 g gemischtes Hackfleisch	1 mittlere weiße Zwiebel	1 Ei
1 altes Brötchen	200 ml Milch	1 Bund glatte Petersilie
1 TL Senf	1 EL Butter	1 TL Salz
1 Msp. Pfeffer	1 Msp. Gewürzmix	2 EL Rapsöl

Das Brötchen klein schneiden und in der Milch einweichen. Die Zwiebel in würfeln, die Petersilie fein schneiden und beides für 3 Minuten in einer Pfanne mit Butter anbraten.

Zwiebeln und Petersilie zum Hackfleisch geben. Mit Salz, Pfeffer und Gewürzmix würzen. Das Brötchen leicht ausdrücken und mit Ei und Senf zum Hackfleisch geben und alles vermengen.

Mit feuchten Händen 8 Frikadellen formen und in einer heißen Pfanne mit Rapsöl von beiden Seiten für je 2 Minuten braun braten.

Die Frikadellen erneut umdrehen, den Herd ausschalten und die Frikadellen noch 2-3 Minuten ziehen lassen.

Steffen Henssler am 20. Februar 2021