

Dreierlei Frikadellen mit Kohlrabigemüse

Zutaten für Cevapcici (für 6-8 Stück):

- 500 g Rinderhack
- 2 Zwiebeln
- 1 TL Paprikapulver
- Cayenne-Pfeffer
- 1 EL Majoranblätter
- 1 ELgehacktes Bohnenkraut
- 2 ELgehackte Petersilie
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 TL Senf
- Pfeffer
- Salz
- Olivenöl

Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln bei milder Hitze etwa 5 Minuten farblos schmoren. Abkühlen lassen. Majoran, Bohnenkraut und Petersilie hacken, Knoblauch fein würfeln oder pressen. Alle vorbereiteten Zutaten mit dem Hack vermengen und die Masse mit Paprika, Cayenne-Pfeffer, Pfeffer und Salz kräftig würzen.

Die Hackmasse zu dicklichen Rollen formen und im Kühlschrank mindestens 1 Stunde ziehen lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Cevapcici je nach Dicke 6-10 Minuten braten. Sie eignen sich auch gut für den Grill.

Zutaten für Hühnerfleisch-Frikadellen (für 10 Stück):

- 500 g Hackfleisch vom Huhn oder Hühnerfilet
- 1 Ei
- 1 altbackenes Brötchen
- 1 Frühlingszwiebel
- 2 ELgehackte Petersilie
- 1 ELgehackte Thymianblätter
- 1 ELgehacktes Bohnenkraut
- 1 ELgehackte Rosmarinnadeln
- 1 TL Currypulver
- 1 Prise Chili
- Pfeffer
- Salz
- Butterschmalz oder Olivenöl

Geflügelhackfleisch am besten frisch und selber herstellen. Dafür Hühnerfilet säubern, zuerst in Scheiben schneiden, anschließend würfeln. Die Würfel hacken, bis eine geschmeidige Konsistenz entsteht.

Kräuter und Frühlingszwiebel säubern und hacken. Das Brötchen in etwas Wasser einweichen und danach gut ausdrücken. Hack, Ei, Brötchenmasse und Kräuter in eine Schüssel geben und vermengen. Die Masse mit Currypulver, Chili, Pfeffer und Salz würzen und kleine Klopse daraus formen. Olivenöl und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen goldbraun anbraten. Die Hitze reduzieren und die Frikadellen etwa 5-6 Minuten fertig garen.

Zutaten für Lammfrikadellen (für etwa 6-8 Stück):

- 500 g Lammhack
- 1 Ei
- 1 altbackenes Brötchen
- 2 Schalotten
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 EL Kapern
- ½ Bund Petersilie
- 2 Zweige Majoran
- 2 Taler Ziegenfrischkäse
- Pfeffer
- Salz
- Olivenöl

Das Brötchen in etwas Wasser einweichen und die Masse gut ausdrücken. Knoblauch und Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten bei milder Hitze 5 Minuten farblos schmoren lassen. Die Kräuter säubern und mit den Kapern fein hacken. Lammhack und Ei in eine Schüssel geben und mit den vorbereiteten Zutaten vermengen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Käsetaler in kleine Stücke teilen. Die Hackmasse in 6-8 Portionen teilen und jeweils ein Stück Käse hineinlegen und zu Frikadellen formen. Butterschmalz und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen goldbraun anbraten. Die Hitze reduzieren und die Klopse je nach Dicke 5-8 Minuten garen.

Zutaten für Kohlrabigemüse:

- 4 kleine frische Knollen (mit Grün) Kohlrabi
- 0,2 l Sahne
- 0,2 l Fleisch- oder Gemüsebrühe
- 2 Schalotten
- 1 Prise Muskat
- 1 EL Butter
- ½ Bund Petersilie
- etwas Zitronensaft
- Pfeffer
- Salz
- etwas Mehlbutter

Kohlrabi schälen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die kleinen Kohlrabiblätter und die Petersilie fein hacken. Schalotten schälen und würfeln. Kohlrabi in Salzwasser bissfest kochen und abtropfen lassen.

Sahne, Brühe und Butter in einen Topf geben und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Dabei mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Kohlrabiwürfel, -blätter und Petersilie hinzufügen. Alles bei milder Hitze nochmals 5 Minuten ziehen lassen. Wer mag, kann die Soße noch eindicken. Dafür Mehl und weiche Butter verkneten und nach und nach zur Soße geben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Sendung/Quelle: DAS!

Letzter Sendetermin: 30.05.2019

Koch/Köchin: Rainer Sass und Bettina Tietjen

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen