

Buntes Karotten-Gemüse mit Pastinaken-Pommes und Hackfleisch-Bällchen

 happy-mahlzeit.com/2022/01/15/buntes-karotten-gemüse-mit-pastinaken-pommes-und-hackfleisch-bällchen

Zutaten für 2 Personen

Für das Karotten-Gemüse:

- 10 bunte Karotten
- 1 Zwiebel
- 1 Bund krause Petersilie
- 1 Zweig Liebstöckel
- 1 EL Butter
- 100 ml Sahne
- 1 EL Zucker
- Salz
- Pfeffer

Für die Pommes:

- 8 Pastinaken
- 500 ml Frittier Öl
- 100 g Panko
- 100 g Mehl
- 3 Eier
- Salz
- Pfeffer

Für die Hackfleisch-Bälle:

- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- 1 Bund krause Petersilie
- 2 Eier
- 1 getrocknetes Brötchen
- 100 ml Milch
- 1 EL Butter
- 150 g Schweineschmalz
- 1 TL Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Karotten schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Zwiebeln, Petersilie und Liebstöckel in Butter in einer Pfanne dünsten. Karottenwürfel und Zucker dazugeben und karamellisieren lassen. Mit Sahne ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Die rohen Pastinaken mit einem scharfen Messer in Scheiben schneiden. Eier aufschlagen und verquirlen. Pastinaken-Scheiben erst im Mehl, dann in den Eiern, zum Schluss im Panko wenden und kurz in der Fritteuse garen. Rausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Hackbällchen Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Die Petersilie abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken und zusammen mit den Zwiebeln in einer Pfanne in Butter dünsten. Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und in die Pfanne geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Das Brötchen in Milch einweichen, ausdrücken und zu dem Hackfleisch geben. Alles gut durchmischen und in kleine Küchle formen. Eine weitere Pfanne mit Schmalz aufsetzen und das Hackfleischküchle darin scharf anbraten. Anschließend im Ofen gar ziehen lassen.

Das Karotten-Gemüse mittig auf einem Teller anrichten, die Pastinaken-Pommes und Hackfleisch-Bälle daneben platzieren.

Rezept: Bernd Stehle

Quelle: Die Küchenschlacht vom 17. Januar 2017

Episode: Wurzelgemüse