Rezept

Apfel-Möhren-Salat mit Hackbällchen

Ein Rezept von Apfel-Möhren-Salat mit Hackbällchen, am 29.04.2024

Zutaten

- **4** große Möhren
- Saft von 1/2 Zitrone
- Salz
- **6 EL** Sonnenblumenöl
- **1** Brötchen (vom Vortag)
- **300 g** gemischtes Hackfleisch
- edelsüßes Paprikapulver
- **1** säuerlicher Apfel (z.B. Cox Orange)
- Zucker
- Pfeffer
- **1 EL** Mandelstifte
- **1** kleine Zwiebel
- **1** Ei

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 815 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren putzen, schälen und grob raspeln. Den Apfel waschen, nach Belieben schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Viertel grob raspeln und in einer Schüssel mit den Möhren mischen. Den Zitronensaft mit 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer und 3 EL Öl zu einem Dressing verrühren und mit den Möhren- und Apfelraspeln mischen. Den Salat zugedeckt ziehen lassen.

2. Inzwischen die Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Das Brötchen klein schneiden und in Wasser ca. 10 Min. einweichen. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Das Brötchen ausdrücken.

3. Das Hackfleisch in einer Schüssel mit Zwiebel, Brötchen, Ei, Paprika, Salz und Pfeffer gründlich verkneten. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen 12 - 16 Bällchen formen. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin rundum in ca. 4 Min. goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Rohkost nochmals abschmecken, die gerösteten Mandelstifte darüberstreuen und mit den Hackbällchen anrichten. Dazu passt knuspriges Baguette.