Rezept

Bitterballen (knusprige Fleischbällchen)

Ein Rezept von Bitterballen (knusprige Fleischbällchen), am 01.06.2025

Zutaten

1	Zwiebel
200 g	gemischtes Hackfleisch
	1/2 TL frische Thymianblättchen
	Pfeffer
35 g	Mehl
1 TL	Zitronensaft
1	Eigelb + 1 Ei (Größe M)
1 l	Öl zum Frittieren
50 g	Butter
1	kleine Möhre
	Salz
	Muskatnuss, frisch gerieben
200 ml	Fleischbrühe
	1/2 Bund Petersilie
	125-150 g Paniermehl

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen, sehr fein würfeln. 1/2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Hackfleisch und Zwiebel darin braten, bis das Fleisch krümelig ist. Die Möhre schälen, putzen und fein raspeln. Möhre unter das Hackfleisch heben. Masse mit Thymian, Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen.

2. Restliche Butter erhitzen, das Mehl darin kurz anschwitzen. Unter Rühren die Brühe angießen und die Sauce unter ständigem Rühren 2 Min. sanft kochen lassen. Das Hackfleisch untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken.

3. Petersilie waschen, die Blättchen fein hacken und mit dem Eigelb unter die Hackfleischmasse mischen. Die Masse fingerdick auf Alufolie streichen und mindestens 1 Std. in den Kühlschrank stellen.

4. Das ganze Ei mit 1 EL Wasser verrühren. Aus der Fleischmasse ca. 24 Bällchen formen. Bällchen zuerst in Paniermehl wenden, dann in Ei und zuletzt nochmals gründlich in Paniermehl wälzen. Es dürfen keine Risse oder Löcher in der Panade sein. Das Öl zum Frittieren erhitzen. Die Bällchen darin in ca. 4 Min. ausbacken. Auf Küchenpapier entfetten.