

Rezept

Feldsalat mit Fleischbällchen

Ein Rezept von Feldsalat mit Fleischbällchen, am 09.06.2026

Zutaten

1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
10 getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten	300 g Lamm- oder Rinderhackfleisch
1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel	1 TL edelsüßes Paprikapulver
2 TL Kräuter der Provence	Salz
Pfeffer	500 g Pellkartoffeln
8 EL Olivenöl	3 EL Weißweinessig
2 TL Honig	150 g Schafkäse (Feta)
200 g Feldsalat	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal

Zubereitung

1. Den Backofengrill vorheizen. Zwiebel und Knoblauch schälen, mit 2 Tomaten grob würfeln, fein pürieren. Püree mit Fleisch, Gewürzen und Kräutern mischen, salzen und pfeffern. Daraus 20 walnussgroße, ovale Fleischbällchen formen.
2. Kartoffeln pellen, fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze in 12-15 Min. rundum goldbraun braten. Fleischbällchen auf einem mit Backpapier belegten Blech im heißen Ofen (Mitte) 8-10 Min. grillen, bis sie gebräunt und gar sind. Kartoffeln kräftig salzen und pfeffern.
3. Essig und Honig verrühren, restliches Öl unterschlagen. Feta würfeln. Feldsalat waschen, putzen, trocken schleudern, mit Kartoffeln, Feta, Fleischbällchen und Tomaten auf vier Tellern anrichten, mit Dressing beträufeln.