

Rezept

Frikadellen

Ein Rezept von Frikadellen, am 18.09.2024

Zutaten

1 Brötchen vom Vortag	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1/2 Bund Petersilie
400 g gemischtes Hackfleisch	1 Ei (Größe M)
Salz	Pfeffer
1 TL Paprikapulver	Butterschmalz oder Butter zum Braten

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN (ca. 500 g FLEISCHTEIG) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Brötchen in 1/4 l lauwarmem Wasser einweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein hacken, den Knoblauch durch die Presse drücken. Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blättchen hacken.
2. Brötchen gründlich ausdrücken und mit Hackfleisch, Zwiebeln, Knoblauch, dem Ei, 1 TL Salz, etwas Pfeffer, dem Paprikapulver und der Petersilie in einer Schüssel mit den Händen so lange verkneten, bis sich alle Zutaten zum Fleischteig verbunden haben.
3. Teig 5-10 Min. quellen lassen. Ist er gut gewürzt? Zum Testen einen kleinen Fleischkloß in der Mikrowelle oder in der Pfanne garen und probieren.
4. Mit angefeuchteten Händen 8 Frikadellen formen. Dann Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen bei mittlerer Hitze von jeder Seite in ca. 5 Min. knusprig braun braten.