Rezept

Zucchini-Hackfleisch-Frikadellen

Ein Rezept von Zucchini-Hackfleisch-Frikadellen, am 12.10.2024

Zutaten

600 g	TK-Country-Kartoffeln
1	Zwiebel
500 g	gemischtes Hackfleisch
	Salz
2 EL	Butterschmalz
150 g	Crème fraîche
1	Brötchen vom Vortag
1	kleiner Zucchino (ca. 125 g)
1	Ei
	Pfeffer
150 ml	Fleischbrühe
2 EL	Ajvar (aus dem Glas)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 780 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Die gefrorenen Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Backblech im Ofen (Mitte) nach Packungsangabe in 20 Min. goldbraun braten.

2. Inzwischen das Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Zucchino waschen, putzen und raspeln. Hackfleisch, Ei, Zwiebel und Zucchini in eine Schüssel geben. Brötchen ausdrücken und hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Aus der Masse mit feuchten Händen 12 kleine Frikadellen formen.

3. Das Butterschmalz in zwei großen Pfannen erhitzen. Frikadellen hineingeben und bei mittlerer Hitze von jeder Seite 5 Min. braten. Herausnehmen und warm stellen.

4. Die Brühe in eine Pfanne gießen, den Bratensatz unter Rühren lösen. Erst die Crème fraîche, dann den Ajvar einrühren und alles 3 Min. sanft kochen lassen. Frikadellen mit der Sauce und den Kartoffeln anrichten.