

Frikadellen



Sehr lecker

Dies ist jetzt nur ein kleiner Snack für zwischendurch. Ich hatte noch Füllmasse der Pansenrouladen vor zwei Tagen übrig, die ich als Frikadellen in der Pfanne gebraten habe.

Die Füllmasse ist ja u.a. mit pürierter Leber zubereitet. Das ist allerdings eine Zutat für Frikadellen, die ich auch nicht so häufig esse.

Und man hat natürlich die Möglichkeit, die Frikadellen in den Kühlschrank zu geben und später kalt aus der Hand zu essen.

Zutaten für drei Frikadellen:

- 125 g Hackfleisch
- 75 g Rinderleber
- 1 Ei
- $\frac{1}{2}$ getrocknete Schrippe
- $\frac{1}{2}$ Schalotte
- 1 Knoblauchzehe

- $\frac{1}{2}$ Lauchzwiebel
- $\frac{1}{2}$ rote Chilischote
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Gewürzöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 12 Min.

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Chilischote putzen und in Ringe schneiden.

Schrippe auf einer Küchenreibe grob in eine Schüssel reiben.

Leber zerkleinern, in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab pürieren.

Hackfleisch, das Gemüse und Semmelbrösel dazugeben. Ebenso das Ei. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermischen und etwas stehen lassen, damit die Semmelbrösel quellen können und Bindung geben.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Drei Frikadellen aus der Fleischmasse formen, in die Pfanne geben und mit dem Pfannenwender etwas flach drücken. Auf jeder Seite jeweils 5–7 Minuten bei mittlerer Temperatur braten.

Auf einen Teller geben und servieren.