



Raffiniertes

Kartoffel-Erbesen-Frikadellen mit Karotten-Lauch-Gemüse

Zutaten

für 4 Portionen

für die Kartoffel-Erbesen-Frikadellen

700 g Kartoffeln, festkochend
300 g Erbsen
2 Eier
200 g Semmelbrösel
100 g Emmentaler (gerieben)
1 TL Majoran
3 TL Butterschmalz
Salz
Pfeffer
Muskat

für das Karotten-Lauch-Gemüse

3 Stangen Lauch
200 g Karotten
3 EL Butterschmalz
200 ml Sahne
1 Prise Zucker
Salz

Zubereitung

Kartoffel-Erbesen-Frikadellen

Die Kartoffeln in etwas Salzwasser etwa 30 Minuten gar kochen, anschließend pellen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Erbsen in Salzwasser etwa drei Minuten blanchieren, anschließend pürieren und zu den Kartoffeln geben. Die Eier, die Hälfte der Semmelbrösel und den Emmentaler dazugeben, mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Frikadellen formen, mit den restlichen Semmelbrösel panieren und goldbraun braten.

Karotten-Lauch-Gemüse

Den Lauch in dünne Röllchen schneiden, die Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Butterschmalz erhitzen, Lauch und Karotten darin anschwitzen und gar werden lassen. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen, anschließend die Sahne unterheben und etwas einkochen lassen.

Das Karotten-Lauch-Gemüse auf Tellern anrichten und die Frikadellen darüberlegen.

Brennwert: 2.293 kJ, 548 kcal · Zeit: ¾ Stunde