

Gemüse-Feta-Krapfen mit Rindfleisch-Frikadellen

Für 4 Personen:

Rindfleischfrikadellen:

1 trockenes Brötchen	1/8 L Milch	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	3 Stängel Petersilie	1 kg Rinderhack
Salz, Pfeffer	Senf	1 Ei
1 Stück Butter		

Gemüse-Feta-Krapfen:

100 g mehliges Kartoffeln	200 g Mehl	50 ml Wasser
1 Spitzpaprika rot	1 Zucchini	Rosmarin
Salbei	Olivenöl	Salz
50 g Fetakäse		

Grünkohlsalat:

3 große Grünkohlblätter	1 Möhre
-------------------------	---------

Dressing:

50 ml Ahornsirup	Pfeffer, Salz, Senf	100 ml Olivenöl
30 ml Apfelessig		

Rindfleischfrikadellen:

Brötchen klein schneiden und in Milch einweichen.

Zwiebeln klein schneiden und in Butter mit etwas Knoblauch in einer Pfanne rösten.

Petersilie klein schneiden und zu den Zwiebeln geben, geröstete Masse zum Hackfleisch dazu geben, mit den ausgepressten Brötchenstücken, Senf und Pfeffer und dem Ei vermengen, mit Salz nachwürzen, in kleine Frikadellen formen und in der Pfanne von beiden Seiten knusprig in Bratenöl anbraten.

Gemüse-Feta-Krapfen:

Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden, in heißem Wasser 20 Minuten garen.

Paprika klein schneiden und Zwiebeln in kleine Würfel schneiden, Zucchini in Hälften schneiden, salzen und mit einigen Stängeln Rosmarin und Salbei auf ein Backblech legen und mit Olivenöl beträufeln. Bei 150 Grad im Ofen bei Ober- Unterhitze ca. 15 Minuten garen Kräuter abnehmen und das Gemüse grob hacken und mit Salz abschmecken.

Fetakäse unter das Gemüse bröseln und vermengen.

Kartoffeln durch Presse geben, mit Salz und Mehl verkneten und etwas Wasser zu einem Teig verkneten.

Teig durch eine Nudelmaschine ziehen und in 10 cm große Kreise ausstechen.

Mit der Gemüsefüllung befüllen und verschließen.

Mit einer Gabel die Enden andrücken.

In einer Fritteuse knusprig ausbacken.

Grünkohlsalat:

Grünkohlblätter waschen, in dünne Scheiben schneiden, eine Karotte raspeln.

Kurz vor dem Anrichten salzen und mit dem Dressing durchmischen. Evtl. noch Gemüse von der Krapfenfüllung mit unterheben.

Ali Güngörmüs am 15. Januar 2025