



Mahlzeit!

W I E S B A D E N

Kalbsfrikadelle mit Ofenzwiebel und cremigem Kartoffelpüree

Für 4 Personen

Kalbsfrikadelle

200g Kalbfleisch, gewolft
1 Schalotte
½ Knoblauchzehe
Butter
1 Scheibe Toastbrot
50 ml Milch
Petersilie
Etwas Senf
Salz, Pfeffer

Die Schalotte und den Knoblauch fein schneiden und in etwas Butter leicht andünsten. Das Kalbfleisch in eine Schüssel geben und die Schalotten mit dem Knoblauch untermischen. Das Brot in Milch einweichen, klein hacken und ebenfalls zum Fleisch geben. Die Masse gut vermengen und mit fein gehackter Petersilie, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend zu kleinen Frikadellen formen und diese kurz vor dem servieren beidseitig goldgelb anbraten.

Ofenzwiebel

4 Zwiebeln
200 g Meersalz

Die Zwiebeln auf ein Backblech mit Meersalz legen und bei 180°C im Ofen für 1 Stunde garen. Kurz abkühlen lassen und das Zwiebelinnere herausbrechen. Mit etwas Salz nachwürzen.

Kartoffelpüree

400g mehliges Kartoffeln
200 ml Milch
80g braune Butter
Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffeln in gesalzenem Wasser weich kochen und schälen. Die weichen Kartoffeln durch eine Presse drücken, Milch aufkochen und mit den Kartoffeln in einer Schüssel verrühren. Mit brauner Butter, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Bis zum servieren warm stellen.

Deko

Frische Kräuter