



Schwedische Köttbullar

mit Kartoffelpüree



30-40Min.



2 Personen

Heute in der Box: ein schwedisches Traditionsgericht, bei dem alle gerne zuschlagen. Die kleinen Fleischbällchen gibt es in cremiger Sahnesauce und zu selbstgemachtem Kartoffelpüree. Dazu schicken wir dir noch eine Marmelade aus schwarzen Johannisbeeren - Da werden auch Süßmäuler satt!

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 1 Päckchen Butter ⁷
- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Becher Sahne ⁷
- 1 Päckchen Semmelbrösel ¹
- 1 Packung Rinderhackfleisch vom Bayerischen Fleckvieh
- 1 Tütchen gemahlene Muskatnuss
- 1 Päckchen Schwarze Johannisbeermarmelade

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ³
- Milch ⁷
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Kartoffelstampfer
- Messbecher
- Sieb
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 900.0kcal, Fett 56.5g, Eiweiß 35.4g, Kohlenhydrate 58.8g



1. Kartoffeln kochen

In einem großen Topf ausreichend Wasser für die **Kartoffeln** aufsetzen. Die **Kartoffeln** schälen und vierteln. Sobald das Wasser kocht, für ca. 15-20Min. kochen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



4. Bullar formen

Nun das **Hackfleisch** mit den **Zwiebeln**, den eingeweichten **Semmelbröseln** und 1 Ei vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Esslöffel etwa gleich große Portionen abstechen und mit den Händen zu ca. 1-2cm große Bällchen formen.



2. Semmelbrösel einweichen

Inzwischen die **Semmelbrösel** mit 50ml Wasser für ca. 2-3Min. einweichen.



5. Kartoffeln stampfen

Sobald die **Kartoffeln** fertig sind, diese abgießen und mit der **Butter** stampfen bis ein gleichmäßiger Püree entstanden ist. Mit Salz und **Muskatnuss** nach Geschmack abschmecken und warm halten. Wer mag, kann noch etwas Milch hinzufügen, um das Püree cremiger zu machen.



3. Zwiebel schneiden

Währenddessen die **Zwiebel** schälen, halbieren und in Würfel schneiden.



6. Bullar braten

In einer großen Pfanne 2-3EL Öl erhitzen, die **Bullar** ca. 5-7Min. ringsherum braten, bis das Fleisch durch ist und zum Schluss mit 1EL Mehl bestäuben. Nun die **Sahne**, 100ml Wasser und 1 TL **Marmelade** dazu geben und ca. 2-3Min. einköcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem **Püree** servieren und nach Geschmack mit restlicher **Marmelade** garnieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**