



Schwedische Köttbullar mit Erdäpfelpüree und Cranberrysauce

 30-40min  2 Personen

Was für Österreicher die Fleischlaberl sind, sind für die Schweden Köttbullar - übersetzt: Fleischbällchen. Und was lieben Kinder mehr als Fleischbällchen? Klar, dass dieses Rezept also ebenfalls im Rahmen unserer Kinderwochen angeboten wird. Kocht dieses Gericht doch mal mit Euren Kleinen, so macht es noch mehr Spaß!

Was du von uns bekommst

- Champignons
- gemischtes Faschiertes
- ST Wieder gut, Klara Kopf
- Cranberries
- Lauch
- Erdäpfel
- Senf ¹⁰
- Creme Fraiche ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Butter ⁷
- Essig
- Pflanzenöl
- Rindersuppenwürfel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹
- Zucker

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler
- Stabmixer
- Wasserkocher

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

Allergene

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

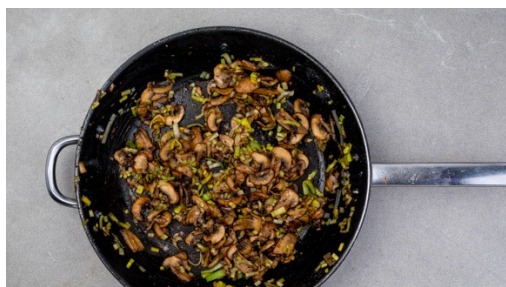
Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 820.0kcal, Fett 46.8g, Eiweiß 36.9g, Kohlenhydrate 57.8g



1. Erdäpfel kochen

Erdäpfel schälen, dann in ca. 2-3cm große Würfel schneiden und in einen mittelgroßen Topf geben. Mit Wasser und 1TL Salz bedecken und zum Kochen bringen. **Erdäpfel** für ca. 12-15Min. weich kochen. Währenddessen die Enden vom **Lauch** abschneiden, den **Lauch** halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden.



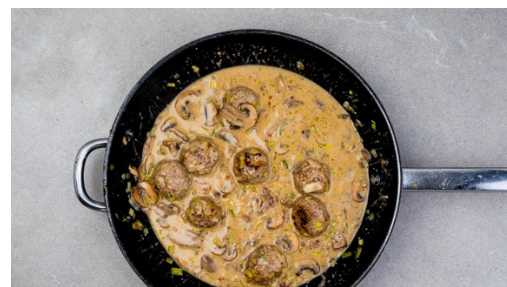
4. Gemüse anbraten

Pfanne erneut auf mittelhohe Hitze erhitzen und den übrigen **Lauch** sowie die **Pilze** darin ca. 6-8Min. unter Rühren anbraten. Dann 1EL Öl oder Butter dazu geben und mit dem **Gemüse** vermengen. 1EL Mehl über das **Gemüse** stäuben und gut unterrühren.



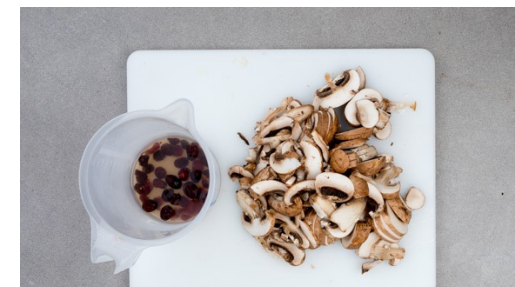
2. Fleischbällchen zubereite

Das **Faschierte** mit **1/3 des Lauchs**, **1/2 des Senfs**, **1/2 der Gewürzmischung** und Salz und Pfeffer vermengen. Anschließend zu ca. 8 kleinen **Bällchen** formen. 1EL Öl in einer großen Pfanne mittelhoch erhitzen und die **Bällchen** darin ca. 3-4Min. von jeder Seite goldbraun anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und Pfanne behalten.



5. Bällchen fertigstellen

Das **Gemüse** mit 300ml heißem Wasser ablöschen und einen Rindersuppenwürfel darin auflösen, dabei stetig umrühren bis die **Sauce** andickt. Nun den **restlichen Senf** und **2-3EL Crème fraîche** einrühren und die **Fleischbällchen** und deren **Bratensaft** in die Pfanne geben. Hitze runterdrehen und ca. 3Min. köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Zutaten vorbereiten

400ml Wasser in einem Wasserkocher zum Kochen bringen. Inzwischen die **Pilze** mit einer Pilzbürste oder einem feuchtem Küchentuch von evtl. Schmutz befreien und in 0,5cm breite Streifen schneiden. **Cranberries** mit 2-3EL kochendem Wasser vermengen und bis zum letzten Schritt ziehen lassen.



6. Beilagen fertigstellen

Erdäpfel in ein Sieb abgießen und mit 1EL Butter mit einem Stampfer zu einem cremigen **Püree** stampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Cranberries** mit einem Stabmixer pürieren und 1EL hellen Essig und 1/4TL Zucker einrühren. **Fleischbällchen** auf dem **Püree** anrichten und die **Pilzsauce** darauf verteilen. Die **Cranberrysauce** dazu reichen.