




Fleischklößchen in Basilikum-Sahnesauce

 Zeit gesamt
45min

 Zubereitungszeit
45min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Brokkoli	1 St.
Zitronen	1 St.
Basilikum, frisch	60 g
Brötchen	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Eier	1 St.
Hackfleisch vom Schwein	600 g
Pfeffer, schwarz	
Geflügelbrühe	1 L
Butter	2 EL
Weizenmehl, Type 405	3 EL
Schlagsahne	100 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, mittlerer Topf, großer Topf

1. Kartoffeln schälen, waschen und längs vierteln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt zum Kochen bringen und zugedeckt bei mittlerer Stufe ca. 20 Min. garen. Brokkoli waschen und in Röschen schneiden oder brechen. Nach 15 Min. Brokkoli zugeben und zusammen zu Ende garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Brötchen in einer Schüssel in lauwarmem Wasser ca. 5 Min. einweichen, dann gut ausdrücken. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln.
3. In einer Schüssel Hackfleisch, Ei, Zwiebelwürfel und eingeweichtes Brötchen verkneten, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und etwa 4 cm große Kugeln formen. In einem Topf Brühe aufkochen, Hackfleischklößchen in siedende Brühe geben und bei kleiner bis mittlerer Stufe zugedeckt ca. 15 Min. garen. Anschließend aus der Brühe nehmen.
4. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen, Mehl zufügen und darin ca. 2 Min. anschwitzen. Mit 500 ml Klößchenbrühe nach und nach unter ständigem Rühren ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und Sahne zufügen. Ca. 2 Min. köcheln lassen. Basilikum zugeben und abschmecken. Klößchen in die Sauce geben. Mit Brokkoli und Kartoffeln auf Teller anrichten servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 783 kcal

Kohlenhydrate 72 g

Eiweiß 48 g

Ballaststoffe 9 g

Fette 35 g
