



Fleischpflanzerl mit Kartoffelsalat

 Dauer
45 min.

 Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk	1 kg
Salz	
Zwiebeln, gelb	2 St.
Hackfleisch vom Schwein	600 g
Eier	1 St.
Senf	2 Teelöffel
Paniermehl	100 g
Pfeffer, schwarz	
Sonnenblumenöl	5 Esslöffel
Speckstreifen	125 g
Gemüsebrühe	200 ml
Essig	2 Esslöffel
Zucker	
Petersilie, frisch	20 g

Zubereitung

Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Stufe ca. 20-25 Min. weich garen. Zwiebeln halbieren, schälen und fein hacken.

In einer Schüssel Hackfleisch mit der Hälfte der Zwiebeln, Ei, Senf, Paniermehl, Salz und Pfeffer vermengen. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen 12-16 gleichgroße Kugeln formen und die Kugeln etwas Platt drücken.

In einer Pfanne 4 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Fleischpflanzerl von beiden Seiten ca. 8 Min. braten. Danach zugedeckt beiseitestellen und bis zum anrichten ruhen lassen.

In einer weiteren Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und restliche Zwiebeln mit Speckstreifen glasig braten. Kartoffeln abgießen, kurz abkühlen lassen, pellen und in Scheiben schneiden. Topf auswischen.

Gemüsebrühe ggf. anrühren und im Kartoffel-Kochtopf erwärmen. Mit Essig und übrigem Öl verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Dressing mit Kartoffelscheiben, Speck, Zwiebeln mischen und kurz durchziehen lassen.

Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Kartoffelsalat mit Fleischpflanzerl auf Tellern verteilen und mit Petersilie garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Der Kartoffelsalat schmeckt noch besser, wenn du ihn ein paar Stunden vor dem Essen vorbereitest und ziehen lässt. Ein super Gericht zum vorbereiten.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	918 kcal		
Kohlenhydrate	67 g	Ballaststoff	7 g
Eiweiß	43 g	Fette	53 g