Hackbällchen mit Rote-Bete-Gemüse



Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Dill, frisch	20 g
Rote Bete, vorgegart	500 g
Hackfleisch, gemischt	500 g
Paniermehl	2 EL
Eier	1 St.
Pfeffer, schwarz	
Öl	2 EL
Schlagsahne	200 g

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf mit Deckel, große Pfanne mit Deckel, Sieb

1. Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und zugedeckt ca. 20 Min. garen. In ein Sieb abgießen und ausdampfen lassen.

2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und hacken. Dill waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und hacken. Rote Bete abgießen und würfeln.

3. In einer Schüssel Hackfleisch mit der Hälfte der Zwiebeln, Knoblauch, Dill, Paniermehl, Ei, Salz und Pfeffer vermengen. Aus der Masse ca. 4 cm große Bällchen formen.

4. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen und Hackbällchen darin ca. 5 Min. anbraten. Rote Bete und restliche Zwiebeln zugeben und nochmals ca. 2 Min. anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Sahne ablöschen. Zugedeckt bei mittlerer Stufe ca. 5 Min. köcheln.

5. Hackbällchen mit Roter Bete auf Tellern verteilen und mit Salzkartoffeln servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	675 kcal
Kohlenhydrate	56 g
Eiweiß	34 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	34 g