



Kartoffel-Sellerie-Salat mit Kräuterfrikadellen und Joghurt- Senf-Dressing



 Dauer
35 min.

 Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk	1 kg
Salz	
Stangensellerie	300 g
Mayonnaise	150 g
Joghurt, natur	150 g
Senf	1 Esslöffel
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Hackfleisch vom Schwein	600 g
Eier	1 St.
Paniermehl	2 Esslöffel
Öl	2 Esslöffel

Zubereitung

Kartoffeln waschen in einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und zugedeckt aufkochen. Anschließend auf mittlerer Stufe ca. 15–20 Min. weich garen. Inzwischen Sellerie waschen und Stangen in feine Scheiben schneiden. Das Grün des Selleries grob hacken und kühl stellen.

In einer Schüssel für das Dressing Mayonnaise, Joghurt und Senf verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker kräftig würzen.

Fertige Kartoffeln in ein Sieb abgießen, etwas ausdampfen lassen, dann pellen und in Scheiben schneiden. Kartoffel- und Selleriescheiben zum Dressing geben, mischen und zum Durchziehen einige Std. oder über Nacht im Kühlschrank beiseitestellen.

Für die Frikadellen Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Petersilie waschen trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken. In einer weiteren Schüssel beides mit Hack, Ei und Paniermehl nach Bedarf verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Hackmasse 8 Frikadellen formen. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen Fleischbällchen darin zunächst rundherum ca. 3 Min. goldbraun anbraten. Anschließend auf niedriger Stufe mit geschlossenem Deckel ca. 10 Min. fertig garen.

Salat ggf. nachwürzen, mit Frikadellen auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	926 kcal		
Kohlenhydrate	56 g	Ballaststoff	7 g
Eiweiß	41 g	Fette	60 g