



Kartoffelwedges mit Mini-Frikadellen

Zeit gesamt
35minZubereitungszeit
35minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Olivenöl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Hackfleisch, gemischt	200 g
Eier	1 St.
Paniermehl	2 EL
Paprika, edelsüß	1 TL
Feta	200 g
Petersilie, frisch	20 g
Bio Limetten	1 St.
Sahnejoghurt Griechischer Art	150 g
Zucker	

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier

1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Kartoffeln waschen und in Spalten schneiden. Auf einem Backblech mit Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen und im Ofen ca. 25 Min. goldbraun backen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einer Schüssel Hackfleisch mit Zwiebel, Ei und Paniermehl verkneten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und aus der Masse kleine Frikadellen formen. Nach der Hälfte der Zeit zu den Kartoffeln legen und zusammen zu Ende garen.
3. Feta mit den Händen zerbröseln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Limette halbieren und auspressen.
4. In einer Schüssel Feta mit Joghurt vermengen. Petersilie unterheben und mit Limettensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
5. Kartoffelwedges mit Mini-Frikadellen aus dem Ofen nehmen und mit Fetadip servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	541 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	27 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	25 g