



## Dänische Hackbällchen in Currysauce

mit Kartoffel-Spinat-Stampf



30-40min



3-4 Personen

Denken wir an unseren Nachbarn im Norden, sind Rinderhackbällchen, die in Currysauce gegart werden, wohl nicht das Erste, was wir mit der dänischen Küche assoziieren. Tatsächlich sind „Boller i karry“ aber ein echter Klassiker und bei Groß und Klein beliebt. Heute wird die Sauce mit Apfelstückchen und Lauch angereichert und auf einem cremigen Kartoffelstampf mit Spinat serviert. Fantastisk, wie der Däne sagen würde.

## Was du von uns bekommst

- 2 Packungen mehligkochende Kartoffeln
- 200g Babyspinat
- 1 Zwiebel
- 500g Rinderhackfleisch
- 2 Päckchen Fleisch-Gewürzmischung
- 50g Panko-Paniermehl <sup>1</sup>
- 2 Äpfel
- 2 Stangen Lauch
- 1 Packung gelbe Currypaste
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz <sup>9</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 6EL Butter <sup>7</sup>
- 4EL Milch <sup>7</sup>
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Kartoffelstampfer
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 865kcal, Fett 49.6g, Kohlenhydrate 68.0g, Eiweiß 34.7g



### 1. Kartoffeln kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln, dann ins kochende Wasser geben und in ca. 15Min. gar kochen. Den **Spinat** in ein Sieb geben. Die gekochten **Kartoffeln** in das Sieb abgießen, sodass der **Spinat** darunter zusammenfällt.



### 4. Sauce köcheln

Die **1/2 des Brühgewürzes** und 500ml Wasser in die Pfanne geben und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Sobald die **Brühe** kocht, die Hitze **reduzieren** und die **Sauce** bei mittlerer Hitze weitere 3-4Min. köcheln lassen, bis die **Äpfel** und der **Lauch** sehr weich sind. Ggf. mit mehr **Brühgewürz** abschmecken.



### 2. Hackbällchen anbraten

Die **Zwiebel** schälen und grob reiben, dann mit dem **Hackfleisch**, der **Gewürzmischung**, dem **Panko-Paniermehl**, 2EL Milch, 2TL Salz und 1TL Pfeffer verkneten. Zu ca. 12 gleich großen **Bällchen** formen. Die **Hackbällchen** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 5-6Min. rundum braun anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



### 5. Hackbällchen fertig garen

Die **Hackbällchen** zur **Sauce** geben und bei mittlerer bis niedriger Hitze in 5-6Min. gar köcheln. Die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 3. Sauce ansetzen

Die **Äpfel** vierteln, entkernen und grob würfeln. Den **Lauch** längs halbieren und in feine Streifen schneiden. 4EL Butter in derselben Pfanne schmelzen lassen, die **Äpfel** und den **Lauch** dazugeben und bei mittlerer Hitze 5-6Min. weich braten. **2EL Currypaste** sowie 2EL Essig einrühren und 1-2Min. köcheln lassen. Ggf. mit mehr **Currypaste** abschmecken.



### 6. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** mit dem **Spinat** zurück in den Topf geben, 2EL Butter und 2EL Milch hinzufügen und zu einem cremigen **Püree** stampfen. Das **Püree** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, die **Hackbällchen** mit der **Apfel-Curry-Sauce** darauf anrichten und servieren.