



## <650kcal: Herzhafte Schweinehackbällchen

mit Kartoffel-Gurken-Salat



ca. 30min



3-4 Personen

Wir präsentieren: den Klassiker, den unbestrittenen Favoriten deutscher Wochenendmittagessen, den x-fachen Gast auf entspannt souveränen Geburtstagspartys – Hackbällchen mit Kartoffel-Gurken-Salat! Warum? Weil hier mit kleinem Budget Großes entsteht, weil die Kombination aus saftig-würzigen Fleischbällchen mit sättigender Salatbeilage einfach jedem schmeckt und die Zubereitung ein Kinderspiel ist. Dann mal ran an die Buletten!

### Was du von uns bekommst

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 1 rote Zwiebel
- 500g Schweinehackfleisch
- 1 große Gurke

### Was du zu Hause benötigst

- 2TL Senf <sup>10</sup>
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

### Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

### Allergene

Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 497kcal, Fett 20.8g, Kohlenhydrate 45.4g, Eiweiß 30.8g

1

#### 1. Kartoffeln schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** samt Schale in 2-3cm große Stücke schneiden.

2

#### 2. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** in das kochende Wasser geben und in 10-15Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

3

#### 3. Fleischbällchen formen

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Das **Hackfleisch** gut mit der **½ der Zwiebeln**, 2TL Senf und je ½TL Salz und Pfeffer verkneten, dann zu **12 gleich große Kugeln** formen und diese leicht platt drücken.

4

#### 4. Fleischbällchen braten

Die **Fleischbällchen** in einer großen Pfanne mit 2TL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. anbraten, bis das **Fleisch** durch ist.

5

#### 5. Gurke schneiden

Die **Gurke** längs halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden.

6

#### 6. Salat mischen

Die **Gurken**, die **Kartoffeln** und die **restlichen Zwiebeln** vermengen. Je 3TL Pflanzenöl, Essig und Wasser zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Fleischbällchen** mit dem **Kartoffel-Gurken-Salat** anrichten und servieren.