



Schwedische Köttbullar

mit Kartoffelpüree und Rahmsauce

30-40min 2 Personen

Bei diesem schwedischen Traditionsgesicht schlagen alle gerne zu. Die kleinen Fleischbällchen in einer cremigen Sahnesauce auf selbst gemachtem Kartoffelpüree sind aber auch einfach zu gut! Und als besonderes i-Tüpfelchen gibt es noch einen Klecks Schwarze-Johannisbeer-Marmelade dazu. Probier es aus!

Was du von uns bekommst

- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen Semmelbrösel
- 1 Zwiebel
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen gemahlene Muskatnuss
- 1 Packung Schlagsahne
- 1 Päckchen Schwarze Johannisbeermarmelade

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei³
- 1EL Weizenmehl¹
- 1EL Butter⁷
- Pflanzenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- große Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 895.0kcal, Fett 51.6g, Eiweiß 38.8g, Kohlenhydrate 64.9g



1. Kartoffeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** aufsetzen. Die **Kartoffeln** schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Sobald das Wasser kocht, die **Kartoffeln** hineingeben und in 15-20Min. gar kochen.



4. Köttbullar formen

Das **Hackfleisch** mit den eingeweichten **Semmelbröseln**, den **Zwiebeln**, 1 Ei sowie Salz und Pfeffer gründlich vermengen. Mit einem Esslöffel etwa gleich große Portionen abstechen und diese mit den Händen zu 1-2cm großen **Bällchen** formen.



2. Semmelbrösel einweichen

Die **Semmelbrösel** in 50ml Wasser einweichen.



5. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und mit ca. 1EL Butter zu einem **Püree** stampfen. **Tipp:** Wer hat und mag, kann für ein cremigeres **Püree** noch etwas Milch hinzufügen. Mit Salz und **Muskatnuss nach Geschmack** würzen und das **Püree** bis zum Servieren warm halten.



3. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden.



6. Köttbullar braten

Die **Köttbullar** in einer großen Pfanne mit 2-3EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze rundum 5-7Min. braten, bis die **Bällchen** gar sind. Mit 1EL Mehl bestäuben, dann mit **2/3 der Sahne** und 100ml Wasser ablöschen. **1TL Marmelade** unterrühren und 2-3Min. mitköcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Köttbullar** mit dem **Püree** und nach Geschmack mit der **restlichen Marmelade** servieren.