



Bouletten Jäger-Art mit Pilzen und Kartoffelstampf



30-40min



4 Portionen

In unser Testküche hat es ordentlich gebrutzelt! Außen kross und innen saftig werden diese Petersilien-Bouletten zu einer herzhaften Pilzpfanne und einem cremigen Kartoffelbrei serviert. Wenn das mal kein Futter für die Seele ist!

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 500g braune Champignons
- 1 Zwiebel
- 10g Petersilie
- 1 Baguettebrötchen ²
- 500g Rinderhackfleisch

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ¹
- 200ml Milch ³
- 2EL Butter ³
- Pflanzenöl
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 819kcal, Fett 44.0g, Kohlenhydrate 68.5g, Eiweiß 38.6g



1. Gemüse schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und **eine Hälfte** in Würfel, die **andere Hälfte** in dünne Streifen schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken.



2. Kartoffeln kochen

Das **Brötchen** grob würfeln und in einer Schüssel mit Wasser bedecken. Die **Kartoffeln** schälen, vierteln und im kochenden Wasser in 15-20Min. gar kochen. Anschließend in einem Sieb abtropfen lassen. **Tipp:** Um Zeit zu sparen, die **Kartoffeln** ungeschält vierteln und im letzten Schritt samt Schale stampfen.



3. Boulettes vorbereiten

Das **Brötchen** ausdrücken und mit dem **Hackfleisch**, den **Zwiebelwürfeln**, der **½ der Petersilie** und 1 Ei verkneten. Mit je ½TL Salz und Pfeffer würzen und aus der Masse **3-4cm große Boulettes** formen.



4. Boulettes braten

Die **Boulettes** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 5-7Min. braten, bis das **Fleisch** durch ist. Dann aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller abgedeckt warm halten.



5. Pilze braten

Die **Pilze** in derselben Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. scharf anbraten. Die **Zwiebelstreifen** dazugeben und 1-2Min. mitbraten. Mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und die **restliche Petersilie** untermischen.



6. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** mit 170-200ml Milch und 2EL Butter cremig stampfen und das **Püree** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Boulettes** mit dem **Kartoffelpüree** und den **Pilzen** anrichten und servieren.