



## **Bouletten Jäger-Art** mit Pilzen und Kartoffelstampf

 30-40min  3-4 Personen

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

- 40g Butter
- 20g frische Petersilie
- 1 Packung braune Champignons
- 250ml Milch
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Zwiebel
- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Baguettebrötchen <sup>1,6</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Ei <sup>3</sup>
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 585kcal, Fett 19.4g, Kohlenhydrate 56.7g, Eiweiß 41.6g



1. Gemüse vorbereiten

In einem großen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Pilze** ggf. mit Küchenkrepp oder einer Pilzbürste säubern und vierteln. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und **eine Hälfte** in Würfel, die **andere Hälfte** in feine Scheiben schneiden.



4. Bouletten anbraten

Die **Bouletten** In einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl auf mittlerer Hitze ca. 5-7Min. von jeder Seite anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.



2. Kartoffeln kochen

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



5. Pilze braten

Die Pfanne ggf. mit noch 1EL Pflanzenöl erneut erhitzen und die **Pilze** darin bei starker Hitze ca. 3-4Min. scharf anbraten. Die **Zwiebelstreifen** hinzugeben und ca. 1-2Min. mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und die **restliche Petersilie** untermischen.



3. Bouletten herstellen

Das **Brötchen** ausdrücken und mit dem **Hackfleisch**, den **gewürfelten Zwiebeln**, der  **Hälfte der Petersilie** und 1 Ei verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und aus der Masse **ca. 3-4cm große Bouletten** formen.



6. Stampf zubereiten

Die **Kartoffeln** mit der **Butter** und ca. 200ml **Milch** cremig stampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Wer sein **Püree** cremiger mag, kann auch mehr **Milch** verwenden. Die **Bouletten** mit dem **Kartoffelstampf** und den **Pilzen** anrichten und servieren.