

# MARLEY SPOON



## RS Bio-Rinderbällchen auf Kartoffelsalat

mit frischen Gurken und Petersilie



ca. 25min



4 Portionen

Heute präsentieren wir erfreut: ein klassisches, geselliges Gericht, auch perfekt für die nächste Party geeignet! Der feine Kartoffelsalat mit Petersilie und lecker-lockeren Bio-Rinderbällchen lässt viele Herzen höherschlagen. Und wer schon beim bloßen Gedanken an weitere Mitschlemmerer Futterneid bekommt, sei beruhigt - dieses Gericht lässt sich auch mit nur zwei Gabeln verzehren!

## Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 50g Bio-Semmelbrösel <sup>1</sup>
- 1 Zwiebel
- 10g Petersilie
- 500g Bio-Rinderhackfleisch
- 2 Gurken
- 10g Dill

## Was du zu Hause benötigst

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

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

## Kochtipp

Wer mag, kann die Kartoffeln auch mit dem Deckel abgießen. Hierbei sehr vorsichtig vorgehen! Die Kartoffeln danach im Topf ohne Deckel ausdampfen lassen.

## Allergene

Gluten (1), Senf (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 600kcal, Fett 26.4g,  
Kohlenhydrate 59.3g, Eiweiß 31.0g



### 1. Kartoffeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln samt Schale** in 2-3cm große Stücke schneiden, in das kochende Wasser geben und abgedeckt in 10-15Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



### 4. Rinderbällchen braten

Die **Rinderbällchen** in einer großen Pfanne mit 2TL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. anbraten.



### 2. Zutaten vorbereiten

Die **Semmelbrösel** in einer kleinen Schüssel mit 100ml Wasser vermengen und einweichen lassen. Die **Zwiebel** schälen und fein würfeln. Die **Petersilie samt Stängeln** sehr fein schneiden.



### 5. Salat mischen

Die **Gurken** längs halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Den **Dill** fein schneiden. Die **Gurken** und den **Dill** mit den **Kartoffeln** und den **restlichen Zwiebeln** vermengen. Je 3TL Pflanzenöl, Essig und Wasser zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 3. Rinderbällchen formen

Das **Hackfleisch** gut mit den **Semmelbröseln**, der **½ der Zwiebelwürfel**, der **Petersilie**, 2TL Senf und je ½TL Salz und Pfeffer verkneten, **12 gleich große Kugeln** formen und leicht platt drücken.



### 6. Anrichten und servieren

Die **Rinderbällchen** mit dem **Kartoffel-Gurken-Salat** anrichten und servieren.