Hackfleisch-Lollies
von Armin Roßmeier

Zutaten für vier Personen
560 g Hackfleisch (gemischt)
1 EL Quark
1 EL gehackte Petersilie und Schnittlauchröllchen
80 g Zwiebelwürfel
1 1/2 EL Cornflakes
3 Eier
je 12 Karotten- und Staudenselleriestäbchen
1 1/2 EL Olivenöl

2 Eigelbe
1/2 EL mittelscharfer Senf
1 TL süßer Senf
160 ml kalt gepresstes Öl
80 g Joghurt
1 EL Quark
1/4 geraspelte Gurke
Salz, Pfeffer
3 EL frisches Tomatenpüree
1 TL Honig
1 EL Zitronensaft

Nährwert pro Portion
872 kcal – 76 g Fett – 35 g Eiweiß – 14 g Kohlenhydrate – 1 BE
Dieses Gericht ist glutenfrei.

Zubereitung (circa 35 bis 40 Minuten)
Hackfleisch mit Quark, gehackter Petersilie, Schnittlauchröllchen, Zwiebelwürfel, Cornflakes und Eiern gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann Lollies formen und diese auf Karotten und Staudenselleriestäbchen stecken. In heißem Olivenöl rundum anbraten, zur Seite stellen und mit der Resthitze durchziehen lassen.

Eigelbe mit mittelscharfem und süßem Senf anschlagen, dann kalt gepresstes Olivenöl langsam einrühren. Joghurt und Quark unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen und geraspelte Gurke unterziehen. Tomatenpüree mit Honig und Zitronensaft gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Hackfleischlollies in der Pfanne servieren, die Saucen extra im Schälchen dazu stellen.