

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 03. Januar 2019** ▪
Tagesmotto „Veggie Day“ mit Cornelia Poletto



Horst Wilhelm

Kartoffelfrikadellen mit Fetakern, Kräuterquark und buntem Blattsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Frikadellen:

500 g Kartoffeln (kleine, mehlig kochende)
 1 kleine Zwiebel
 1 kleine Knoblauchzehe
 1 kleine Chilischote
 1 kleines Stück Ingwer
 2 EL Butter
 3 EL Butterschmalz
 1 Ei (M)
 100 g Feta (türkisch, mit hohem Fettgehalt)
 ½ Bund frischer Thymian
 2 Zweige Rosmarin
 1 EL Kartoffelmehl (Stärke)
 1 TL Kumin
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln mit Schale in kochendem Wasser ca. 15 min. garen.

Zwiebel und Knoblauch häuten und fein würfeln. Etwa 1 EL Butter in einer Pfanne zerlassen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Chili putzen und fein hacken. Thymian von den Zweigen zupfen und hacken. Chili und Thymian in die Pfanne geben, Kumin ebenfalls hinzufügen und alles zusammen kurz anschwitzen, dann zur Seite stellen.

Die Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen, pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Ein Ei in die Kartoffelmasse schlagen. Kartoffelmehl hinzufügen und alles gut vermengen. Die Kräuter-Zwiebel-Mischung aus der beiseite gestellten Pfanne hinzugeben und gut verrühren. Ingwer schälen, fein hacken und unter die Kartoffelmasse heben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss kräftig abschmecken. Feta grob würfeln.

Etwa zwei EL der Kartoffelmasse in der angefeuchteten Hand ausstreichen mit einem Fetawürfel belegen und zu einer Frikadelle formen, so dass der Feta komplett von der Kartoffelmasse umschlossen ist. Den Vorgang etwa 4 Mal wiederholen bis die Kartoffelmasse verbraucht ist.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelfrikadellen bei mittlerer Hitze von beiden Seiten 3-5 min. ausbacken. Am Ende ca. 1 EL Butter und die Rosmarinzwige mit ins Fett geben.

Die Frikadellen auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Kräuterquark:

1 Zitrone
 ½ Salatgurke
 6 Radieschen
 3-4 Stangen Frühlingszwiebeln
 1 Knoblauchzehe
 125 g Quark (40%)
 100 g Sahne
 150 g Griechischer Joghurt natur
 ½ Bund Dill
 ½ Bund Schnittlauch
 ½ Bund glatte Petersilie

Quark, Sahne und Joghurt in einer Schüssel vermengen. Dill, Minze, Schnittlauch und Petersilie von den Zweigen zupfen und fein hacken. Etwas Schnittlauch für die Garnitur zurück behalten. Den restlichen Schnittlauch mit Dill, Minze und Petersilie in die Quark-Masse geben. Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden. Knoblauchzehe häuten und ebenfalls fein hacken. Frühlingszwiebeln und Knoblauch ebenfalls hinzugeben. Radieschen putzen und stifteln. Ein paar Radieschenstifte für die Garnitur zurück behalten. Die Gurke schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Radieschen und Gurke ebenfalls unterheben und alles gut vermengen.

Zitrone waschen, gut abtrocknen und die Schale abreiben. Dann die

½ Bund Minze
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Etwas Abrieb zurück behalten und etwas Abrieb sowie den Saft einer Hälfte in den Quark rühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Für den Salat:

½ Bund Radieschen
1 bunter Blattsalat (Pflücksalat)
1 kleine Zwiebel
2-3 EL griechischer Joghurt
1 TL Sahnemeerrettich
4 EL weißer Balsamico
1 EL flüssiger Blütenhonig
1 EL milder Dijonsenf
8 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat waschen, trocken schleudern und klein zupfen.

Zwiebel häuten und in kleine Würfel schneiden.

Radieschen putzen und in dünne Scheiben schneiden.

Aus Öl, Essig, Senf, Honig, Joghurt, Sahnemeerrettich ein Dressing anrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren den Salat damit marinieren.

Für die Garnitur: Zurück behaltenen Schnittlauch, Radieschen und Zitronenabrieb ebenfalls über den Quark streuen.

Die Kartoffelfrikadellen auf Tellern anrichten, Kräuterquark dazu geben, mit Schnittlauch, Radieschenstiften und Zitronenabrieb garnieren und servieren.