

ROTE-BETE-KÖTTBULLAR

MIT KARTOFFELPÜREE UND SAHNESOÙE

 CA. 45 MINUTEN

 4 PORTIONEN

ZUBEREITUNG

Für die Köttbullar Rote Bete waschen, schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

Rote Bete, Haferflocken, 75 g Mehl, Panko, Eier, Quark, Salz und Pfeffer in einem Universalzerkleinerer fein zerkleinern. Masse ca. 10 Minuten quellen lassen.

In der Zwischenzeit Kartoffeln schälen, waschen, klein schneiden und in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen. Die Köttbullar-Masse mit angefeuchteten Händen zu ca. 28 walnussgroßen Bällchen formen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Bällchen darin rundherum ca. 8 Minuten knusprig braten.

Für die SoÙe Zwiebeln schälen und fein würfeln. 2 EL Butter in einem kleinen Topf erhitzen, Zwiebeln und das restliche Mehl darin hell anschwitzen. Mit Kochsahne und 300 ml Milch unter Röhren ablöschen, aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln. SoÙe mit grobem Senf, Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.

Kartoffeln abgieÙen. 100 ml Milch, saure Sahne und 2 EL Butter zu den Kartoffeln geben. Alles zum feinen Püree stampfen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Die Köttbullar auf dem Püree mit der SoÙe anrichten und mit Petersilie und Preiselbeeren garnieren.

ZUTATEN

600 g Rote Bete
250 g zarte Haferflocken
100 g Mehl
75 g Panko (japanische Semmelbrösel)
2 Eier
100 g Magerquark
Salz
Pfeffer
600 g mehligkochende Kartoffeln
4 EL Öl
2 Zwiebeln
4 EL Butter
200 ml Kochsahne
400 ml Milch
100 g grober Senf
3 EL Weißweinessig
100 g saure Sahne
frisch geriebene Muskatnuss
Petersilie zum Garnieren
Wild-Preiselbeeren (Glas) zum Garnieren