

Kalbsfleischfrikadelle

Zutaten:

- 500g Kalbfleischhack
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Ei
- 1/4 Tasse Semmelbrösel oder Paniermehl
- 2 Esslöffel frisch gehackte Petersilie
- 1 Teelöffel Senf
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2 Esslöffel Olivenöl oder neutrales Pflanzenöl zum Braten

Anleitung:

1. In einer großen Schüssel das Kalbfleischhack, die fein gehackte Zwiebel, den gehackten Knoblauch, das Ei, die Semmelbrösel, die frisch gehackte Petersilie und den Senf vermengen.
2. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen und gründlich mischen, bis alle Zutaten gut kombiniert sind.
3. Die Mischung für etwa 10-15 Minuten ruhen lassen, damit sich die Aromen vermischen und die Semmelbrösel die Feuchtigkeit aufnehmen können.
4. Eine Pfanne mit dem Olivenöl oder neutralem Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erhitzen.
5. Aus der Kalbfleischmischung Frikadellen formen, indem man jeweils eine Handvoll der Mischung nimmt und sie zu flachen Patties formt.
6. Die Frikadellen in die heiße Pfanne geben und von jeder Seite etwa 4-5 Minuten braten, bis sie goldbraun und durchgegart sind.
7. Die Frikadellen aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller mit Küchenpapier abtropfen lassen, um überschüssiges Öl zu entfernen.
8. Heiß servieren und nach Wunsch mit Beilagen wie Kartoffelpüree, Gemüse oder Salat genießen.