



Kochwerkstatt Wiesbaden

Sulu Köfte

(Hackbällchen Eintopf mit Karotte und Kartoffeln und getrocknetem Estragon)

350 g Rinder oder lamm Hackfleisch
60 g Reis
50 g Tomatenmark
2 Stk. Knoblauch frisch
150 g Kartoffel
200 g Karotte
150 g Butter
30 ml Olivenöl
1 El Mehl
850 ml
20 g Getrockneter Estragon
80 g Scharfe Paprika Paste
Salz, Pfeffer

Hackfleisch mit Reis, Salz Pfeffer mischen und zu 15 g Bällchen formen in Mehl wälzen und diese in einer Pfanne mit Pflanzenöl anbraten. Nebenbei etwas Olivenöl in einem Topf erwärmen, klein gehackten Knoblauch, Tomatenmark und Paprikamark im Topf anschwitzen, dann das Mehl dazugeben und mit anschwitzen.

Mit Wasser oder Brühe aufgießen und die in 2 cm große geschnittenen Kartoffel und Karotten in dem Fond 10 min mitkochen. Dann die Hackbällchen hineingeben und 25 min kochen lassen.

Zum Schluss die Butter zerlassen, den Estragon kurz mit hineingeben und die Estragon Butter direkt über das Essen geben.

Fertig

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82