

**Kochen**  
kinderleicht  
mit **FACKELMANN**

## Rezept zur Folge: Frikadellenbällchen mit süssen Kartoffeln am Spieß

### Zutaten für ca. 10 Frikadellen oder 20 Fleischbällchen:

- ☆ 1 altbackenes Brötchen
- ☆ 1 Zwiebel
- ☆ 500 g Hackfleisch
- ☆ 1 großes Ei
- ☆ 1 TL Öl
- ☆ ½ TL Paprikapulver, edelsüß
- ☆ 1 EL gehackte Petersilie
- ☆ Öl zum Braten

### Süsse Kartoffeln (Zutaten für 4 Portionen):

- ☆ 250g Kartoffeln
- ☆ 6 Eier
- ☆ 200g Honig
- ☆ 100g Haselnüsse gehackt
- ☆ 100g Mandeln
- ☆ eine Prise Salz

### Garprobe:

- ☆ Wer rohes Fleisch nicht probieren mag, kann eine Miniportion so zubereiten, wie es im Rezept steht, braten, dann probieren und den rohen Teig nachwürzen, wenn es nötig ist.

### Zubereitung:

1. Das Brötchen im lauwarmen Wasser einweichen. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.
2. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben. Das Ei, den Senf, 1 TL Salz, Gewürze, Petersilie und die Zwiebeln dazugeben. Das Brötchen mit den Händen ausdrücken und zu dem Hackfleisch geben.
3. Alles mit einer Gabel, dem elektrischen Handrührgerät oder nassen Händen zu einem glatten Fleischteig verkneten.
4. Fett in einer Pfanne heiß werden lassen. Mit einem Löffel ein wenig vom Fleischteig abstechen und in der Pfanne knusprig braten, Pfanne vom Herd ziehen. Probekloß probieren. Schmeckt er fade, noch etwas Salz und Gewürze zum Fleischteig geben und gut vermischen.
5. Anschließend mit nassen Händen aus dem Fleischteig kleine Frikadellen formen.
6. Die Frikadellen im heißen Fett von beiden Seiten in etwa 12 Min. knusprig braten

### Süsse Kartoffeln:

1. Die Kartoffeln würde man hier schälen und kochen. Nach dem Abkühlen durch eine Kartoffelpresse durchdrücken, Mandeln, die Haselnüsse, das Eigelb und mit Honig cremig rühren. Noch ein wenig Zitronenschalen gerieben hinzufügen und danach mit einem Schneebesen schön verrühren.
2. Anschließend das steif geschlagene Eiweiß unterheben und den fertigen Teig in die Silikonformen mit der Dekospritze füllen. Bei ca. 200 Grad gute 45 Minuten backen. Das ganze schmeckt leicht süß durch den Honig und hat ein schönes Aroma und schmeckt sehr gut.

