



Bitterballen



Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen
Zubereitungszeit: 45 Min.

pro Portion: 6025 kJ, 1440 kcal, 116,3 g Kohlenhydrate, 41,7 g Eiweiß, 94,5 g Fett, 341 mg Cholesterin, 9,2 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

Zubereitung

Mit diesen crunchy Bitterballen bringst du einen der beliebtesten niederländischen Fingerfood Klassiker auf deinen Teller. Die herzhaften Fleischkroketten sind nicht nur unglaublich lecker, sie sind auch ganz einfach und günstig zuzubereiten. Für die Füllung brätst du gut gewürztes Rinderhack zusammen mit einer geraspelten Karotte und fein geschnittenen Zwiebeln. In der Zwischenzeit machst du eine Mehlschwitze, gibst Fleischbrühe dazu und lässt das Ganze etwas köcheln. Dann gibst du die Soße zusammen mit Zitronensaft, Petersilie und Eigelb zum Hack und lässt die Masse auskühlen. Nachdem du daraus kleine Kugeln geformt hast, wandert jede von ihnen durch Eigelb, Paniermehl, ins Frittieröl und dann ab auf deinen Teller! Los geht's!

Step 1:

Als erstes schälst du die Karotte und reibst sie. Nun die Zwiebel sehr fein würfeln. Dann wird das Hackfleisch in einer Pfanne mit den Zwiebeln angebraten. Dabei das Hackfleisch mit einem Kochlöffel möglichst gut zerkleinern. Wenn das Hackfleisch durchgegart ist, kommt die geriebene Karotte sowie Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Knoblauchpulver dazu. Kurz mitbraten und anschließend zur Seite stellen.

Step 2:

Als nächstes schmilzt du 3 EL Butter in einem Topf und rührst dann das Mehl ein. Die Butter-Mehl-Mischung kurz anschwitzen. Anschließend nach und nach unter Rühren die Fleischbrühe dazu geben. Achte darauf, dass keine Klümpchen dabei entstehen. Die Soße noch kurz auf niedriger Temperatur köcheln lassen.

Step 3:

Nun die Soße unter das Hackfleisch rühren und 2 EL Zitronensaft dazu geben. Dann die Petersilie hacken und unter die 2 Eigelb rühren und ebenfalls zu der Hackfleisch-Füllung geben. Die Masse streichst du nun in eine Auflaufform und kühlst sie für 45 – 60 Minuten.

Step 4:

Im nächsten Schritt bereitest du eine Panierstraße vor: Auf dem ersten Teller verrührst du 2 Eier mit 2 EL Wasser. Auf den zweiten Teller gibst du das Paniermehl. Jetzt formst du aus deiner Hackfleisch-Masse Kugeln in Größe eines Golfballs. Die Kugeln wendest du als erstes in Paniermehl, dann im Ei und anschließend wieder im Paniermehl.

Step 5:

Jetzt kannst du dein Frittieröl in einen Topf geben und erhitzen. Wenn du ein Küchenthermometer besitzen solltest, kannst du die Temperatur deines Öls messen. Zum Frittieren sollte es mindestens 160 °C haben. Solltest du kein Küchenthermometer zur Verfügung haben, kannst du einen Kochlöffel aus Holz in das heiße Fett halten, bilden sich Bläschen am Stiel, ist es heiß genug. Nun die Bitterballen portionsweise frittieren, bis sie goldbraun sind. Das sollte ca. 3-4 Minuten dauern. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Serviere deine Bitterballen mit etwas Senf als Dip. Achtung: Suchtgefahr! ??

Zutaten

1	große Karotte
1	große Zwiebel
400 g	Rinderhackfleisch
1 TL	Salz
3/4 TL	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1/2 TL	Cayennepfeffer
1 TL	Knoblauchpulver
40 g	Butter
4 EL	Mehl, gehäuft
400 ml	Fleischbrühe
2 EL	Saft einer Zitrone
2	Eigelb
1/2 Bund	Petersilie
2	Eier
500 g	Paniermehl
2 l	Frittieröl
30 g	Senf

Sonstiges:

Vierkantreibe
Schaumkelle
Küchenpapier
(Küchenthermometer)

