Artikel vom 11.02.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 18:34 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/feta-suesskartoffelfrikadellen

# Feta-Süßkartoffelfrikadellen



Foto: Kathrin Fries

**Zutaten (für 4 Portionen):**

750 g Süßkartoffeln

200 g vorwiegend festkochende Kartoffeln

2 mittelgroße Zwiebeln

200 g Feta

Salz

Pfeffer

1 Prise Muskat

einige getrocknete Chiliflocken

2 Eier

2 EL gehackte Kräuter nach Geschmack (zum Beispiel Petersilie, Koriander)

50 g Mehl + etwas mehr zum Wälzen

Rapsöl zum Braten

**Zubereitung:**

Süßkartoffeln und Kartoffeln schälen, in gleichmäßige Stücke schneiden und in Salzwasser weich kochen, abgießen und ausdampfen lassen. Inzwischen die Zwiebeln schälen, in feine Würfel schneiden. Den Feta abtropfen lassen, ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Beides in einer Schüssel mit den Gewürzen, den Eiern und Kräutern gründlich vermengen. Dann das Mehl darübergeben und weiter gut vermengen. Die abgekühlten Kartoffeln stampfen und mit der Feta-Masse vermischen. Mit einem Esslöffel gleichgroße Portionen abstechen, mit leicht feuchten Händen in Frikadellenform bringen. Diese werden in Mehl gewälzt und in einer Pfanne mit etwas Öl bei mittlerer Hitze goldbraun gebraten. Auf Küchentuch abtropfen lassen und beispielsweise mit einem Quarkdip als Hauptspeise oder als Beilage zu Geflügel- oder Schweinefleisch servieren.

Tipp: Zum Mehl zum Wälzen kann man auch gemahlene Haselnüsse geben.

*Kathrin Fries*