Artikel vom 30.12.2024 · Ausgedruckt am 13.11.2026, 11:01 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/kartoffelstampf-mit-sahne-kohlrabi-und-frikadellen

Kartoffelstampf mit Sahne-Kohlrabi und Frikadellen



Foto: Leonie Jaxy

Zutaten (für 4 Personen):

1 kg mehlig kochende Kartoffeln

200 ml warme Milch

50 g Butter

Salz

Pfeffer

Muskatnussabrieb

4 Kohlrabi

100 ml Sahne

100 ml Gemüsebrühe

Petersilie

550 g gemischtes Hackfleisch

1 mittelgroße weiße Zwiebel

1 EL mittelscharfen Senf

1 Ei Größe M

neutrales Pflanzenöl

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in Viertel schneiden. Die Kartoffelstücke in einem Topf mit Wasser und etwas Salz zum Kochen bringen. Die Kohlrabi schälen, erst in Streifen, dann in Stücke schneiden. Die Kohlrabistücke zusammen mit der Gemüsebrühe in einen Topf geben und aufkochen. In der Zwischenzeit das Hackfleisch in eine Schüssel geben. Die Zwiebel häuten und in kleine Stücke schneiden. Diese zum Hackfleisch geben. Das Ei in die Schüssel schlagen sowie den El Senf hinzugeben. Salz und Pfeffer dazu streuen. Die Masse gut mit den Händen durchkneten. Aus der Masse etwa handtellergroße Frikadellen formen und auf einen Teller legen. Nun eine Pfanne mit dem Öl auf mittlerer Hitze erwärmen. Hat das Öl Temperatur angenommen, die Frikadellen in die Pfanne legen. Diese circa 6 Minuten von jeder Seite gut anbraten. Währenddessen die Kartoffeln und die Kohlrabistücke kontrollieren. Die Kartoffeln kochen, bis sie durch sind, die Kohlrabistücke gerne bissfest lassen. Im Anschluss das Wasser der Kartoffeln abgießen, die Milch leicht erwärmen und diese zusammen mit der Butter in den Topf mit den Kartoffeln geben. Nun alles gut durchstampfen und mit Salz, Pfeffer sowie Muskatnussabrieb abschmecken. Kurz bevor, der Kohlrabi fertig ist, die Sahne hinzugeben und mit feingehackter Petersilie und Pfeffer abrunden. Wer die Sauce etwas

dicker mag, kann diese mit Mehl oder Saucenbinder optional anrühren. Den Kartoffelstampf gemeinsam mit dem Sahne-Kohlrabi und den Frikadellen dampfend servieren.

Leonie Jaxy