



Wirsing Eintopf mit Hackbällchen

Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Gemüsezwiebeln	1 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Wirsing	0.5 St.
Petersilie, frisch	15 g
Hackfleisch, gemischt	400 g
Eier	1 St.
Paniermehl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Öl	3 EL
Lorbeerblätter, getrocknet	1 St.
Rinderbrühe	1 L
Crème fraîche	150 g
Muskatnuss, gemahlen	0.25 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

Teller, großer Topf

1. Gemüsezwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Kartoffeln schälen und klein würfeln. Wirsing waschen, achteln, Strunk entfernen und in grobe Streifen schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken.
2. In einer Schüssel Hackfleisch mit 2 EL gewürfelten Zwiebeln, der Hälfte der Petersilie, 1 Ei und 2 EL Paniermehl verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse walnussgroße Bällchen formen.
3. In einem Topf 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Hackbällchen darin ca. 5 Min. rundherum goldbraun abraten. Auf einem Teller beiseitestellen.
4. Im Topf erneut 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Restliche Zwiebeln, Kartoffeln und Wirsing darin ca. 5 Min. anbraten. Lorbeerblatt zugeben und mit Rinderbrühe auffüllen. Wirsing Eintopf ca. 10–15 Min. auf mittlerer Stufe köcheln.
5. Crème fraîche in den Eintopf einrühren. Hackbällchen dazugeben und kurz erwärmen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Wirsing Eintopf mit Hackbällchen auf Tellern verteilen. Mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Je kleiner du die Kartoffeln würfelst, desto schneller ist der Eintopf fertig.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	558 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	30 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	33 g