

Schwedische Köttbullar

50 g (5 EL) Paniermehl, aus altem Brot

1 ½ dl Milch

1 KL Salz

1 KL Senf

mischen, mind. 10 Minuten quellen lassen

1 KL Bratbutter

in Bratpfanne erhitzen

1 Zwiebel, fein gehackt

1 KL Zucker

zugeben, goldbraun karamellisieren, zur Paniermehlmischung geben

400 g Rindshackfleisch

1 Ei

zugeben, mischen, zu einer kompakten Masse kneten, aus der Masse mit nassen Händen kleine, gleichmässige Bällchen à 25 g formen (3-4 cm Ø)

HOLL-Rapsöl oder Bratbutter

in einer Bratpfanne erhitzen, Bällchen portionenweise ca. 5 Minuten auf mittlerer Hitze rundum anbraten, Bällchen warm stellen

2 EL Butter

zum Bratensatz geben, schmelzen

2 ½ EL Mehl (gestrichene EL)

zugeben, unter Rühren leicht bräunen

3 dl Bouillon

ablöschen, unter Rühren aufkochen

1 dl Halbrahm

zugeben

1 Msp. Piment oder Pfeffer

1 KL Sojasauce

würzen, die Fleischbällchen in die Sauce geben, ca. 15 Min. köcheln lassen

Salz, Pfeffer

abschmecken, anrichten

½ Bund Schnittlauch oder Petersilie

darüber streuen

Servieren

Mit Preiselbeerkonfitüre, Kartoffelstock, Gemüse oder typisch schwedisch mit Randensalat

