

Aus der Hado-Küche: Ein vegetarisches Rezept

Restaurant Services

Wirsing-Kartoffel-Frikadellen mit pochiertem Ei

für 4 Personen:

800 g	Kartoffeln
	Ursalz
½ Bund	Petersilie
1	Zwiebel
1 TL	Kümmelsaat
2 ½ TL	Butterschmalz
1	Knoblauchzehe
450 g	Wirsing
2 EL	Dinkelmehl
	Pfeffer, Galgant, Mutterkümmel
2 EL	Weißweinessig
4	frische Eier

Die Kartoffeln schälen und 20 Minuten in Salzwasser kochen. Inzwischen die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und hacken. Die Zwiebel fein würfeln und mit dem Kümmel in ½ EL Butterschmalz bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Den Knoblauch dazupressen, die Hälfte der Petersilie unterrühren und abkühlen lassen. Die Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen, durch die Kartoffelpresse in eine Schale drücken und offen beiseite stellen.

Den Wirsing putzen, den Strunk keilförmig herausschneiden, den Kohl quer in fingerdicke Streifen schneiden, in reichlich kochendem Salzwasser 3 – 4 Minuten garen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Den Wirsing portionsweise mit den Händen kräftig ausdrücken. Mit der Petersilien-Zwiebel-Mischung und dem Mehl zu den Kartoffeln geben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Galgant und Mutterkümmel dazu geben. Kurz zu einem glatten Teig verkneten und zu 8 gleich großen Frikadellen formen. Nacheinander je 4 Frikadellen in 1 EL Butterschmalz in einer großen beschichteten Pfanne von jeder Seite 3 – 4 Minuten goldbraun braten und warm stellen.

1 ½ l Wasser mit Essig in einem großen Topf aufkochen. Die Eier nacheinander zuerst aus der Schale in eine Tasse geben, dann in eine Suppenkelle umfüllen und am Topfrand ins leicht kochende Essigwasser gleiten lassen. Sofort mit 2 Esslöffeln festhalten, damit das Ei in Form bleibt. Die Eier 4 Minuten ziehen lassen, herausnehmen und auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Mit den Wirsingfrikadellen anrichten und mit der restlichen Petersilie bestreuen.