

Kartoffel - Fleischküchlein

Bei diesem Rezept Kartoffel – Fleischküchlein, handelt es sich um eine pikante Beilage, auf asiatische Art gewürzt.

Zusammen mit einem etwas scharf gewürzten Karottengemüse ist dies ein Rezeptvorschlag für Liebhaber von [asiatischen Gerichten](#).

Natürlich kann man diese Kartoffel – Fleischküchlein jederzeit auch zu einem anderen mild gewürzten [Gemüsegericht](#) servieren.

Zutaten: für 4 - 6 Personen

Für die Küchlein:

500 g Kartoffeln (Sorte mehlig kochend)

2 – 4 Schalotten (100 g) oder Zwiebeln

½ Daumengroßes Stück Ingwer

2 - 3 Frühlingszwiebeln

½ Bund Petersilie

250 g Hackfleisch vom Rind

2 Eier Gr. M

2 EL helle Sojasoße

Salz

Pfeffer



Zubereitung:

Für die Zubereitung zuerst Kartoffeln zu Pellkartoffeln kochen.

Noch gut warm schälen, anschließend entweder durch eine Kartoffelpresse drücken oder mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen.

Die Kartoffeln danach etwas auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit Schalotten schälen, mit einem Messer gleich in dünne Scheiben schneiden.

Ingwer schälen, in kleine Würfel schneiden.

Frühlingszwiebeln samt dem Grünanteil in feine Ringe schneiden.

Petersilie fein hacken.

1 EL Öl in einer beschichteten kleinen Pfanne erhitzen, die Schalotten darin langsam in ein paar Minuten weich braten, dabei darauf achten, dass die Zwiebeln hell bleiben.

Mit Salz und Pfeffer würzen, auf die Kartoffelmasse geben.

Frühlingszwiebeln und Petersilie ebenfalls hinzu geben.

2 – 3 EL helle Sojasoße darüber gießen, 2 mittelgroße Eier darüber aufschlagen, zusammen mit dem Rinderhackfleisch, Salz und Pfeffer, zunächst alle Zutaten etwas vermischen.

Zuletzt mit der Hand einen weichen Kartoffel – Fleischteig zusammen kneten.

Heißes Öl oder anderes **Fett auf 170 – 180 ° C erhitzen** (wie bei [Pommes Frites](#)).

Jeweils einen EL Teigmasse abstechen, mit den Händen zu einem kleinen Ball in Tischtennisgröße rollen, anschließend etwas flacher drücken.

Im heißen Öl etwa 3 – 3,5 Minuten goldbraun frittieren.

Mit den oben angegebenen Zutaten ergeben dies etwa 30 Kartoffel – Fleischküchlein.

Möglich ist es auch, so wie auf dem Rezeptfoto zu sehen ist, dass man sehr kleine Kugeln, ähnlich wie Glasmurmeln formt und im heißen Öl ausbäckt und damit ein [Gemüsegericht](#) dekorativ belegt.

Kalorienangaben

Bei vier Personen, hat 1 Portion, ohne Frittieröl, ca. 310 kcal und ca. 10, 5 g Fett

Bei 6 Personen, hat 1 Portion ohne Frittieröl, ca. 210 kcal und ca. 7 g Fett