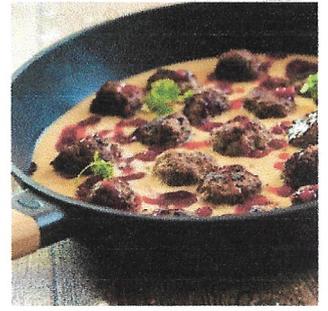


Köttbullar - das schwedische Originalrezept



Köttbullar sind kleine schwedische Fleischbällchen, die in Rahmsauce und mit Preiselbeeren serviert werden. Das ist echtes Soulfood und lässt sich wunderbar selber machen!

Gericht Hauptgericht **Land & Region** Schwedisch **Vorbereitungszeit** 25 Minuten
Zubereitungszeit 15 Minuten **Arbeitszeit** 40 Minuten **Portionen** 4 Portionen
Kalorien 476 **Autor** Jannik Degner



Zutaten

Für die Fleischbällchen

- 5 EL Paniermehl
- 1 Schalotten
- 1 TL Butter
- 120 ml Milch
- 1 TL Senf
- ½ TL Piment gemahlen
- 400 g Rinderhackfleisch
- Salz und Pfeffer

Für die Rahmsauce

- 2 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 400 ml Rinderbrühe
- 50 ml Sahne
- 1 EL Sojasauce
- Salz und Pfeffer

Für die Preiselbeeren

- 3 EL eingekochte Preiselbeeren selbstgemacht oder aus dem Glas

Anleitungen

- 1 5 EL Paniermehl mit 120 ml Milch und 1 TL Senf sowie ½ TL gemahlenem Piment vermengen. Nun kommen 400 g Rinderhackfleisch dazu.
- 2 Die fein gehackte Schalotte in etwas Butter in einer Pfanne andünsten und zum Hackfleisch geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und gut verkneten. Danach kleine Hackfleischbällchen formen.
- 3 Für die Rahmsauce 2 EL Butter in einem Topf schmelzen und 2 EL Mehl dazu geben. Mit einem Schneebesen verrühren und mit 400 ml Rinderbrühe ablöschen. Nun leicht dicklich einkochen. 50 ml Sahne dazugeben und mit 1 EL Sojasauce sowie Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4 Die geformten Fleischbällchen in einer Pfanne mit etwa 1 EL Butter rund 10 Minuten durchbraten.
- 5 Sobald die Fleischbällchen durchgebraten sind, aus der Pfanne nehmen und den Bratensatz mit ca. 50 ml Wasser ablöschen. Dann die vorbereitete Rahmsauce dazu geben. Die Fleischbällchen nun in die Sauce geben und mit Preiselbeeren und Petersilie servieren.

Notizen

Schwedische Kartoffeln



Zutaten für 4 Portionen:

200 g Sauerrahm

200 g Crème fraîche

400 ml Fleischbrühe, sehr kräftige

1 kg Drillinge, kleine

50 g Butter

75 g Katenschinken, gewürfelt

1 TL Rosmarinnadeln, frische, fein gehackt

5 Scheibe/n Toastbrot, gewürfelt

Sauerrahm und Crème fraîche mit der Brühe verrühren und diese Mischung in eine große Auflaufform füllen.

Die Kartoffeln gut waschen und mehrfach einschneiden, aber nicht ganz durchschneiden - sie sollen an der Unterseite noch zusammenhängen. Die Abstände zwischen den Schnitten sollten so ähnlich sein wie bei einem Eierschneider.

Die Kartoffeln mit der geschnittenen Seite nach oben in die Form setzen. Aber nur nebeneinander - nicht übereinander - stapeln, sodass sie etwa zur Hälfte in der Soße sitzen.

Im heißen Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze ca. 45 - 60 Minuten backen, bis die Kartoffeln fast gar sind.

In der Zwischenzeit die Butter zerlassen. Katenschinken und Rosmarin hinzufügen sowie die Toastbrotwürfel dazu mischen. Diese Mischung auf den Kartoffeln verteilen und noch einmal so lange backen, bis die Brotwürfel schön braun sind und die Kartoffeln gar.

Dazu Blattsalat servieren.

Schwedische Schokobällchen



Zutaten für 35 Portionen

100 g	<u>Butter</u>
300 ml	Haferflocken, ganz fein gemahlen
2 EL	Kaffee, gekocht und abgekühlt
2 EL	<u>Kakaopulver</u>
3 EL	Kokosraspel
3 EL	Sesamkörner geschält
1 TL	<u>Vanillezucker</u>
100 ml	<u>Zucker</u>

Zubereitung 50 Minuten

1. Für die Bällchen kochen Sie erst Kaffee und lassen den Kaffee abkühlen.
2. Zerlassen Sie die Butter in einer Schüssel und geben Sie anschliessend Zucker, Haferflocken und den kalten Kaffee hinzu. Alles gut zusammenkneten, sodass eine gleichmässige Teigmasse entsteht.
3. Bilden Sie aus dem Teig nun kleine Bällchen und rollen Sie diese in Kokosraspel oder in Sesamkörnern.
4. Backen Sie die Bällchen im vorgeheizten Backofen bei 200°C für ca. 15 Minuten.

Zitronenmousse (Citronfromage; auf dänisch)



	Zutaten für 4 Personen
Eigelb	4 Stück
Zucker	125 g
Gelatine, klar	4 Blatt
Zitronen, Saft	2 Stück
Schlagsahne	250 ml
Eiweiß	4 Stück
Garnieren	
Schlagsahne	100 ml
Zitrone	etwas
frische Zitronenmelisse	etwas

Zubereitung

1. Eigelb und Zucker schaumig rühren.

2. Die Gelatine im kalten Wasser einweichen, ausdrücken und in der Zitronensaft über das Wasserbad schmelzen.

3. Die Schlagsahne steif schlagen und in der Eigelb-Masse unterheben. Dann nach die Gelatine unterheben und zum Schluss die steif geschlagene Eiweiß unterrühren. Danach ca. 1 Stunden im Kühlschrank kalt stellen.

4. Mit Schlagsahne und dünne Scheiben Zitronenschale dekorieren evtl auch mit etwas Zitronenmelisse!