


Mini-Frikadellen mit Tomaten-Paprika-Salsa

Kleine Frikadellen pikant abgeschmeckt mit einer fruchtigen pikanten Soße.

etwa 20 Portionen

 aufwändig

 bis 80 Minuten



Zutaten:

Für das Backblech:

Tomaten-Paprika-Salsa:

- 150 g Paprikaschote
- 4 EL Speiseöl, z. B. Olivenöl
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- etwa 300 g Fleischtomaten
- ½ EL Tomatenmark
- 1 EL Weißweinessig
- 1 EL Kürbiskerne
- Salz
- 1 TL Zucker
- ½ TL Dr. Oetker Bourbon-Vanille-Paste
- Chiliflocken
- 1 Pck. Dr. Oetker Finesse Geriebene Zitronenschale
- 1 EL Schnittlauchröllchen

Mini-Frikadellen:

- 1 Vollkornbrötchen vom Vortag (etwa 80 g)
- 2 Schalotten
- 2 EL Kürbiskerne
- etwa 3 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
- 50 g Speck- oder Schinkenwürfel
- 300 g Hackfleisch (halb und halb)
- 1 Ei (Größe M)
- 2 TL mittelscharfer Senf
- 2 EL Schnittlauchröllchen
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer

Wie bereite ich Mini-Frikadellen mit Tomaten-Paprika-Salsa zu?:

1 Vorbereiten:

Den Backofengrill vorheizen. Paprika putzen, vierteln und mit der Hautseite nach oben auf das Backblech legen. Die Paprika in den Backofen schieben und grillen, bis die Haut schwarze Blasen wirft.

Einschub: oben

Garzeit: 8 - 10 Min.

2 Tomaten-Paprika-Salsa zubereiten:

Paprikaviertel in einen Gefrierbeutel geben. **1 EL ÖL** in den Beutel geben, mit den Paprikavierteln vermengen. Beutel verschließen und auskühlen lassen. Dann die Haut der Paprika abziehen und die Paprika in kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen und würfeln. Tomaten waschen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden.



Versuchsküche Rezepte und Tipps

- ③ Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten- und Knoblauchwürfel kurz andünsten. Tomatenmark dazugeben. Mit Essig ablöschen. Tomatenwürfel, Paprikastücke und Kürbiskerne unterrühren. Mit Salz, Zucker, Vanille-Paste, Chiliflocken und Finesse würzen. Schnittlauchröllchen unterrühren und aus der Pfanne nehmen.

④ **Mini-Frikadellen zubereiten:**

Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Schalotten abziehen und hacken. Kürbiskerne grob hacken. **1 EL von dem Öl** in einer Pfanne erhitzen, darin Schalottenwürfel, Speck und Kürbiskerne dünsten. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Brötchen ausdrücken und dazugeben. Angedünstete Zwiebel-Speckmischung, Ei, Senf und Schnittlauchröllchen dazugeben, vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse etwa 20 kleine runde Frikadellen formen. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen und die Frikadellen von beiden Seiten bei mittlerer Hitze jeweils etwa 5 Min. braten und evtl. warm stellen.

- ⑤ Die Frikadellen mit der Salsa servieren.

Tipps aus der Versuchsküche

- Die Frikadellen sind einfriergeeignet.

