Rinds-Hackbällchen in Kapern-Senf-Sauce

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 45 min

Aktivzeit: 45 min

Einfach

Zutaten

für 4 Personen

600 g	Hackfleisch vom Schweizer Rind
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
3 EL	Dijon-Senf
2	Eier
2 EL	Butter
1	Schalotte
1.5 dl	Bouillon
1 EL	Kapern
2 dl	Rahm
1 EL	Zitronensaft

Nährwerte

1 Portion (ohne Gschwellti und Gurken) enthält ca.:

487	kcal
36 g	Eiweiss
3 g	Kohlenhydrate
37 g	Fett

Glutenfrei

enthält Laktose

Zubereitung

1. Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und einem Drittel des Senfs verrühren. Eier zugeben und gut verkneten. Aus der Masse 16–20 kleine Bällchen formen.

2. Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Rindfleischbällchen darin von allen Seiten während 10–12 Minuten knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

3. Schalotte schälen, fein würfeln und in der Pfanne im Bratfett glasig dünsten. Bouillon dazugeben und 2–3 Minuten einkochen. Kapern grob hacken und dazugeben. Rahm dazugeben, den restlichen Senf einrühren und langsam zum Kochen bringen. Mit Pfeffer und Zitronensaft würzen.

4 Fleischbällchen in die Sauce geben, kurz erhitzen und auf vorgewärmten Tellern servieren.

Dazu passen Gschwellti und geschmorte Gurken mit Dill.