

Mini-Frikadellen mit Konfetti-Dip

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 40 Minuten

1. Frikadellenmasse vorbereiten:1 kleine Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. 40 g Semmelbrösel mit 3 EL Milch vermengen und etwa 5 Minuten quellen lassen.500 g gemischtes Hackfleisch mit den Zwiebelwürfeln, den eingeweichten Semmelbröseln, 1 Ei, 1 TL Senf, 8 g GEFRO Fleischwürze und 1 EL gehackter Petersilie kurz zu einer gleichmäßigen Masse verkneten.

1 Mini-Frikadellen formen:

Mit leicht angefeuchteten Händen etwa 20 kleine Frikadellen formen und auf ungefähr 1,5 cm Dicke flach drücken.

2 Konfetti-Dip zubereiten:

Je ½ rote und gelbe Paprika putzen, waschen und in sehr kleine Würfel schneiden. ½ Bund Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.200 g Schmand mit 100 g Naturjoghurt, 5 g GEFRO Salatwürze und 1 TL Zitronensaft verrühren. Paprikawürfel und Schnittlauch unterheben, mit etwas Pfeffer abschmecken und bis zum Servieren kalt stellen.

3 Frikadellen braten:

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl portionsweise in einer großen Pfanne erhitzen. Die Mini-Frikadellen in zwei Durchgängen bei mittlerer Hitze etwa 4-5 Minuten pro Seite braten, bis sie gebräunt und vollständig durchgegart sind. Die genaue Bratzeit hängt von der Dicke ab.

4 Anrichten:

Die Mini-Frikadellen auf einer Platte verteilen und den Konfetti-Dip dazu servieren.Tipp: Fürs Partybuffet die Frikadellen auf kleine Spieße stecken und den Dip in mehrere kleine Schälchen füllen.

Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu
Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17
E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Mini-Frikadellen mit Konfetti-Dip

- 500 g Hackfleisch
- 1 Stück Zwiebel
- 1 Eier, mittelgroß
- 40 g Semmelbrösel
- 50 ml Milch,
- 1 TL Senf, mittelscharf
- 8 g GEFRO Fleischwürze
- 1 EL Petersilie, fein gehackt
- 2 EL GEFRO Brat- und Frittieröl
- 200 g Schmand
- 100 g Naturjoghurt
- 1,5 bunte Paprikaschoten
- 0,5 TL GEFRO Salatwürze
- 1 TL Zitronensaft
- GEFRO Gewürz Pfeffer

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de