

REGIONAL. SAISONAL.KLIMAFIT.



© Laurenz Wurz

FASCHIERTE LAIBCHEN MIT KARTOFFELPÜREE

Zutaten (für 4 Portionen)

Kartoffelpüree

- 1 kg mehligere Kartoffel
- 400 ml Milch
- 80 g Butter
- 1 TL Salz

Faschierte Laibchen

- 2 Stk. Semmeln (altbacken)
- 1 Stk. Zwiebel
- 1 Schuss Öl (zum Anrösten)
- Frische Petersilie
- 2 Stk. Karotten
- 600g Faschiertes (gemischt)
- 1-2 Ei/er
- Muskat, Pfeffer, Salz, Thymian, Majoran zum Würzen
- Semmelbrösel und Butterschmalz

Zubereitung

Die Semmeln in Wasser einweichen, nach ca 15 Min. herausnehmen und gut ausdrücken. Die Zwiebel schälen, klein würfelig schneiden und mit einem Schuss Öl goldgelb anrösten, zur Seite stellen und abkühlen lassen. Karotten waschen, schälen und fein reiben oder mixen, bis sie die gleiche Konsistenz haben wie das Faschierte. Die Petersilie waschen, trockenschütteln und klein hacken. Die mehligeren Kartoffeln schälen, in Würfel

schneiden und gut abwaschen. Mit 400ml Milch und etwas Salz aufkochen, dann zugedeckt 20-25 Minuten leicht köcheln lassen, ab und zu umrühren.

Das Faschierte mit Semmeln, angerösteten Zwiebeln, Karotten, Ei, Salz, Pfeffer, Muskat, Thymian, Majoran und Petersilie vermischen und alles gut durchkneten. Laibchen formen und in den Semmelbröseln von allen Seiten wenden. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen. Nun die Laibchen auf beiden Seiten langsam braten, bis sie eine schöne braune Farbe haben und knusprig sind. Herausnehmen, abtropfen lassen und warmhalten. Weichgekochte Kartoffeln abseien, Butter hinzufügen und mit einem Kartoffelstampfer zu Püree verarbeiten. Keine Sorge, wenn es anfangs etwas zu flüssig erscheint, das Kartoffelpüree zieht noch nach. Mit Salz abschmecken.

Dazu passen alle Wintersalate, wie Vogerlsalat, Chinakohl, ... oder auch mal rote Rüben. Guten Appetit! ●

LAURENZ WURZ

Was machst du beruflich bzw. welche Ausbildung machst du?

Ich bin Schüler am Europagymnasium Auhof in Linz, wo ich derzeit die 3te Klasse im naturwissenschaftlichen Zweig besuche.

Was ist dir an Ernährung / am Kochen wichtig?

Mir macht Kochen einfach Spaß, wenn ich merke, wie man mit wenigen kleinen Änderungen der Zutaten das Essen geschmacklich verfeinern kann, oder wie die Temperatur und die Qualität des Fleisches entscheidend sind, wie zart es wird. Daher grille ich auch sehr gerne!

Außerdem haben wir selbst vieles an Gemüse, Kräutern und Obst im Garten. Und es ist schön zu sehen, (wenn wir dann als Familie gemeinsam am Tisch sitzen), dass das Essen allen schmeckt.

Warum hast du dieses Rezept ausgewählt?

Es ist eines meiner Lieblingsrezepte und ein warmes, cremiges Kartoffelpüree schmeckt gerade im Winter besonders gut. Die Kartoffeln kann man bei uns im Ort kaufen oder in unserem Fall sind sie aus Omas Garten. An den faschierten Laibchen mag ich, dass auch Karotten drinnen sind und dass sie durch die Semmelpanier so richtig schön knusprig werden.



KIRCHSCHLAGER

DIREKTVERMARKTER