

Köttbullar – schwedische Fleischbällchen

Zutaten für ca. 30 Fleischbällchen

- ◆ 150 g Butter
- ◆ 500g Hackfleisch (halb/halb)
- ◆ 4 EL Semmelbrösel
- ◆ 4 EL Öl zum Braten
- ◆ 1/2 gelbe Zwiebel
- ◆ 1 Ei
- ◆ Salz und Pfeffer



Zubereitung

Schritt 1

Gib die Semmelbrösel zusammen mit 4 Esslöffel kaltem Wasser in eine Rührschüssel und lasse sie etwa 5 Minuten lang quellen. Raspel in der Zwischenzeit die Zwiebel, sodass etwa 2 Esslöffel Raspeln entstehen.

Schritt 2

Füge nun das Hackfleisch, Ei und Zwiebeln zu den Semmelbröseln hinzu, würze mit Salz und Pfeffer und verknete alles zu einer geschmeidigen Masse.

Schritt 3

Forme nun mit den Händen kleine Bällchen aus der Fleischmasse. Das geht am besten, wenn du immer wieder die Hände mit kaltem Wasser anfeuchtest.

Schritt 4

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen zunächst scharf anbraten und danach bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten lang fertig braten. Die Bällchen dabei immer wieder in der Pfanne hin- und herbewegen bzw. drehen, damit sie nicht anbrennen.

Die schwedischen Köttbullar werden traditionell mit einer cremigen, dunklen Soße, Kartoffelbrei und Preiselbeermarmelade (Lingonsylt) gegessen. Eine weitere Beilage gibt es in der Regel nicht.

Smaklig måltid!