

Hähnchenfrikadellen gefüllt mit Schafskäse, dazu Kartoffelrösti und Möhren

Das Rezept ist für 2 – 3 Pers. und hat gesamt 11 SmartPoint Punkte

Zutaten:

4 mittelgroße Kartoffeln, mittelgroße
2 rote Zwiebel
3 Möhren
300 g Hähnchenbrustfilet, als Tatar verarbeitet
1 Ei
2 EL Semmelbrösel
30 g Schafskäse light in Würfel geschnitten, zum Füllen der Frikos
Salz, Pfeffer, Kucharek (polnisches Gewürz) Paprika

Zubereitung:

Das Geflügelhack mit einem Ei, den Semmelbrösel, einer gehackten Zwiebel, Salz, Pfeffer und Kucharek herzhaft würzen.

Daraus 8 Frikadellen formen, diese jeweils mit etwas Schafskäse füllen und beiseite legen.

Jetzt den Backofen auf 220 Grad O/U Hitze vorheizen.

Dann mit dem Gemüsespiralschneider die Kartoffeln und die Zwiebeln zu Spiralen und die Möhren mit dem Gemüseraspler schneiden.

Alles auf die Backmatte legen, mit etwas Mehl, Pfeffer, Paprika und Kucharek würzen und zu Röstis auf den großen Ofenzauberer geben.

Darauf dann jeweils mittig eine Frikadelle legen.

Ca. für 30-32 Min aufs untere Rost, je nach Bräunungswunsch fertig backen.

Guten Appetit wünscht Euch Judith ☺