

Im eisigen Lappland machte Oma Annabell Bekanntschaft mit dem Sami-Volk, das ihr leckere Köttbullar auftischte. Möchtest du das Gericht auch probieren? Hier ist das Rezept aus "Oma Annabells zauberhaftes Kochbuch"!

KÖTTBULLAR

Zutaten für 2 Personen:

• 500 g Rinderhackfleisch oder Elchhackfleisch • 1 Zwiebel(n) • 1 mittelgroßes Ei(er) • 2 EL Paniermehl • 1 TL Sojasauce • 1 TL Salz • ½ TL Pfeffer • 1 TL Gewürzmischung (Piffi Allkrydda, ähnlich Steak-Grill-Gewürz) • 50 g Butter zum Braten • 200 g Schlagsahne • 100 ml Wasser • 1 TL Mehl • 1 Prise Zucker • Salz • Pfeffer • Gewürzmischung (Piffi Allkrydda) • 1 Glas Wildpreiselbeeren • 500 g Kartoffeln, mehligkochend • Butter, optional



Zubereitung:

Köttbullar: Gib das Hackfleisch in eine mittelgroße Schüssel. Schäle die Zwiebel und schneide sie in feine, kleine Würfel. Gib sie zum Hackfleisch dazu. Nun fügst du das Ei, das Paniermehl und die Gewürze hinzu und mischst alles gut durch. Nimm einen großen Teller und benetze ihn mit Wasser. Befeuchte auch deine Hände, damit die Hackfleischmasse nicht kleben bleibt. Forme kleine Bällchen – je kleiner, desto besser! Heize den Ofen auf 100 °C Ober-/Unterhitze vor. Erhitze die Butter in einer Pfanne und brate die Hackfleischbällchen von allen Seiten scharf an, bis sie schön gebräunt und durchgebraten sind. Gib sie dann in eine Schüssel und stelle sie in den Ofen, damit sie warm bleiben. Für die Soße: Gieß Wasser in die Pfanne, um das Fett zu lösen und rühre dabei gut um. Gib die Sahne hinzu und lass die Mischung aufkochen. Verrühre das Mehl mit etwas Wasser und rühre es in die Sahnesoße ein, um sie dicker zu machen. Abschmecken nicht vergessen – hier kannst du nach Lust und Laune würzen! Für die Beilage: Schäle die Kartoffeln, schneide sie in Viertel und koche sie in einem Topf mit Salzwasser etwa 20 Minuten, bis sie gar sind. Gieß das Wasser ab und gib ein kleines Stück Butter dazu, wenn du magst. Stell den Topf wieder auf den Herd (Herdplatte ausschalten) und leg ein Küchentuch zwischen Topf und Deckel. Lass die Kartoffeln ein wenig abdampfen. Hol die Köttbullar aus dem Ofen, aber leg sie nicht in die Soße. Serviere die Köttbullar, die Soße und die Kartoffeln getrennt.

Guten Appetit wünscht

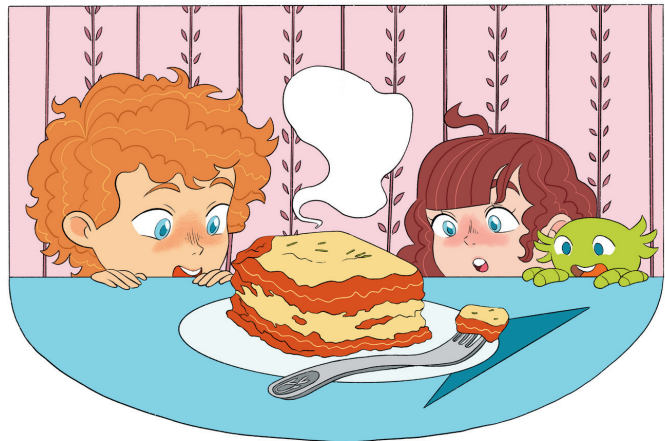
Oma Annabell

In der griechischen Taverne „Zum fliegenden Olivenbaum“ in Athen probierten Oma Annabell und Leonor zum ersten Mal die unglaublich leckere Moussaka. Möchtest du sie nachkochen? Hier ist das Rezept aus „Oma Annabells zauberhaftes Kochbuch“!

MOUSSAKA

Zutaten für 4 Personen:

600 g Kartoffeln,, in 2 mm feine Scheiben geschnitten • 600 g Auberginen, vom Stielansatz befreit, in 2 mm feine Scheiben geschnitten • 500 g Hackfleisch, bevorzugt Lamm • 2 Zwiebeln, fein gehackt • 4 Knoblauchzehe(n), fein gehackt • 1 gr. Dose Tomaten, geschälte (à ca. 800 g), ohne Saft • 1 Lorbeerblatt • ¼ TL Zimtpulver • Salz und Pfeffer • 4 Eier • 40 g Butter • 40 g Mehl • 375 ml Milch • 100 g Parmesan • Olivenöl • Muskat



Zubereitung:

Salze die Auberginenscheiben und lass sie etwa 30 Minuten ziehen. Danach vorsichtig trocken tupfen. Erhitze Öl in einer Pfanne und brate die Auberginenscheiben etwa 30 Sekunden pro Seite an. Nimm sie heraus und lasse sie auf Küchenpapier abtropfen. Gib neues Öl in die Pfanne und brate die Kartoffelscheiben unter gelegentlichem Wenden für etwa 10 Minuten an. Erhitze in einem Topf etwas Öl und brate das Hackfleisch zusammen mit den Zwiebeln und dem Knoblauch an. Füge die Tomaten hinzu und zerdrücke sie leicht. Würze mit Lorbeerblatt, Zimt, Salz, Pfeffer und Muskatnuss. Lass die Mischung bei offenem Deckel köcheln, bis die Flüssigkeit verdunstet ist. Entferne das Lorbeerblatt, schmecke die Masse ab und ziehe den Topf von der Hitze. Rühre zwei Eier unter. In einem weiteren Topf die Butter schmelzen, das Mehl dazugeben und kurz anschwitzen. Gieße nach und nach die Milch dazu und koche die Mischung unter Rühren ein, bis sie eine dickliche Konsistenz erreicht. Würze mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss. Ziehe den Topf von der Hitze und rühre einen Esslöffel Käse sowie die restlichen Eier ein. Bestreiche eine große Auflaufform mit Olivenöl. Schichte die Hälfte der Kartoffeln und Auberginen hinein. Würze mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss und bestreue sie leicht mit Käse. Verteile die Hackfleischmasse gleichmäßig darüber. Lege die restlichen Kartoffeln und Auberginen darüber und bedecke alles mit der Sauce. Bestreue die Oberfläche mit Käse. Backe die Moussaka im vorgeheizten Ofen bei 180 °C Umluft für 30 bis 40 Minuten, bis die Oberfläche goldbraun ist.

Guten Appetit wünscht

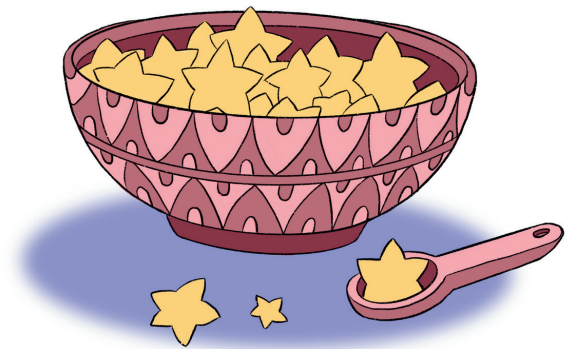
Oma Annabell

Pssst: Von Lillis galaktisch-guter Sternensuppe werden sogar neugierige, hungrige Aliens satt! Mit ein wenig Sternenstaub und Zauberkraft gelingt sie sicherlich auch dir!

LILLIS STERNENSUPPE

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Bund Suppengemüse
- 1 Zwiebel
- 1 Rinderbeinscheibe
- 2 El Olivenöl
- eine halbe Bio-Zitrone
- 100 g Sternchen Eiernudeln
- 3 Tl Gemüsebrühe
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer (aus der Mühle)
- 1 Bund glatte Petersilie



Zubereitung:

Wasche das Suppengemüse und schneide es in kleine Würfel. Zieh die Zwiebel ab und viertel sie. Spüle die Beinscheibe mit kaltem Wasser ab und tupfe sie trocken. Erhitze etwas Olivenöl in einem großen Topf und brate die Zwiebel und das Fleisch kurz an. Gieß 1,2 Liter Wasser dazu und bring es langsam zum Kochen. Schöpfe den entstehenden Schaum immer wieder ab. Gib die Möhren- und Selleriewürfel in den Topf und lass alles bei kleiner Hitze zugedeckt etwa 40 Minuten köcheln.

Reibe währenddessen die Schale einer Bio-Zitrone ab und presse den Saft aus. Hol das Fleisch aus der Suppe, schneide es klein und gib es zusammen mit den Sternchennudeln und den feinen Porreestreifen zur Suppe. Lass die Suppe weitere 9 Minuten kochen. Würze sie mit Instant-Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und Zitronensaft, bis sie richtig lecker schmeckt. Zupf die Petersilienblätter ab, schneide sie klein und streue sie zusammen mit der geriebenen Zitronenschale über die Suppe.

Guten Appetit wünscht

LILLI