

# DINNERLY



## Plant+ Vegane Fleischbällchen in Kapernsauce

dazu Kartoffeln und Rote-Bete-Salat mit Dill



20-30min



2 personen

Königsberger Klopse sind schon fast ein deutsches Kulturgut. Das traditionelle Gericht, bestehend aus Hackbällchen mit cremiger Sauce und Kartoffeln, schmeckt praktisch jedem – es sei denn, man ist Vegetarier. Doch dafür haben wir bei Dinnerly natürlich eine Lösung parat: Unsere Variante enthält statt gemischtem Hack vegane Fleischbällchen, dazu gibt's einen leckeren Rote-Bete-Salat. Genuss für alle!

## WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje vastkokende aardappels
- 1 zakje kappertjes
- 10g verse kruidenmix: dille & platte peterselie
- 500g voorgekookte rode bieten
- 2 stengels bleekselderij<sup>9</sup>
- 200g vegan gehakt<sup>6</sup>

## WAT JE THUIS NODIG HEBT

- teen knoflook
- 200ml plantaardige drink
- 1tl mosterd<sup>10</sup>
- 1el bloem<sup>1</sup>
- peper en zout
- 45ml plantaardige olie
- 15ml azijn

## KOOKGEREI

- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## KOOKTIP

Wer mag, kann die Kartoffeln auch vor dem Kochen schälen. Da Rote Bete stark färbt, beim Verarbeiten am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen.

## ALLERGENEN

gluten (1), soja (6), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 701kcal, vet 36.3g, koolhydraten 64.1g, eiwit 23.3g



### 1. Kartoffeln kochen

200ml Pflanzendrink abmessen und Raumtemperatur annehmen lassen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln, in das kochende Wasser geben und in 15–20Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



### 4. Sauce ansetzen

Das **Hack** mit etwas Salz und Pfeffer verkneten und zu **8 Bällchen** rollen. In einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3–4Min. anbraten, aus der Pfanne nehmen und in derselben Pfanne den Knoblauch und die **Kapern** mit 1EL Pflanzenöl ca. 1Min. anbraten, 1EL Mehl unterrühren und ca. 30Sek. mitbraten. Mit 200ml Pflanzendrink aus Schritt 1 ablöschen und 1TL Senf einrühren.



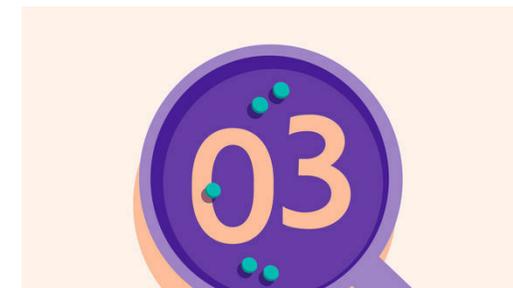
### 2. Zutaten vorbereiten

Die **Kapern** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen und grob schneiden. Die **Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen. Den **Dill samt weichen Stängeln** und die **Petersilienblätter** getrennt fein schneiden. 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.



### 5. Fertigstellen & servieren

Die **Sauce** einmal aufkochen und bei niedriger Hitze 1–2Min. einköcheln lassen, ggf. esslöffelweise Wasser zufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Hackbällchen** in die **Sauce** geben und ca. 2Min. erwärmen. Die **Hackbällchen** in der **Sauce** mit den **Kartoffeln** anrichten und mit der **Petersilie** bestreuen, den **Salat** dazu servieren.



### 3. Salat zubereiten

Die  $\frac{1}{2}$  der **Roten Bete** ggf. abtropfen lassen, halbieren und in schmale Spalten schneiden. (Die **übrige Rote Bete** wird für dieses Rezept nicht benötigt.) Den **Sellerie** schräg in schmale Scheiben schneiden. Beides mit dem **Dill**, 1EL Essig, 1EL Pflanzenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und beiseitestellen.



### 6. Sauer macht lustig

Cremig und vollmundig ist schon super, aber es darf noch etwas Frische sein? Kein Problem! Wer möchte, kann dem Gericht noch die Krone der Zitrone aufsetzen. Dazu die Sauce einfach mit ein paar Tröpfchen Zitronensaft abschmecken. Oder eine Zitronenspalte mit auf den Teller legen. Oder, oder, oder ... Schließlich gilt: Wer zuletzt lacht, lacht am besten!