

Käse-Fleishküchle

Durch die Zugabe von geriebenem Käse erhalten die Fleischküchle ein besonders pikantes Aroma!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, fruktosearm und milchfrei
siehe Tipp am Rezeptende



Für 4 Personen

600g Hackfleisch, gemischt

1 TL Salz

1 Bund Petersilie, fein gewiegt

1 Zwiebel, gehackt

$\frac{1}{2}$ TL weißer Pfeffer

1 Prise Muskat

1 Prise Majoran

1 TL mittelscharfer Senf

1 Ei

2 EL glutenfreie Semmelbrösel

50g Emmentaler, gerieben

Fett oder Öl zum Braten

1. Hackfleisch mit Salz bestreuen und mit angefeuchteter Hand gut durchkneten.
2. Zwiebel und Petersilie in heißem Fett andünsten, abkühlen lassen und zum Fleisch geben. Alle übrigen Zutaten zugeben und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.
3. Mit nassen Händen 8 Fleischküchle formen.
4. Fett in der Pfanne erhitzen, die Fleischküchle bei guter

Hitze auf beiden Seiten anbraten, bei reduzierter Hitze fertig braten.

Beilage: Kartoffelbrei, Erbsen- und Karottengemüse

Fruktosearm – Tipp: Schalotte anstatt Zwiebel verwenden.

Milchfrei – Tipp: Auf eine vegane Käsealternative, z. B. Wilmersburger Pizzaschmelz, zurückgreifen. Bitte stets beachten, dass das Produkt auch glutenfrei ist!

