

# Köttbullar aus dem Dutch Oven

## Zutaten:

- 500 g Rinder- oder Elchhackfleisch
- 1 Zwiebel
- 1 Ei
- 2 EL Paniermehl
- 1 TL Sojasauce
- 1 TL Salz
- 1/2 TL Pfeffer
- 1 EL Gewürzmischung
- Butter
- 200 ml Sahne
- 100 ml Weißwein
- 2 EL Mehl
- Preiselbeeren

## Zubereitung:

1. Die schwedischen Fleischbällchen herzustellen ist nicht schwierig. Zuerst hacke ich die Zwiebel in ganz feine Würfel und gebe sie in eine Schüssel.
2. Dazu kommen dann das Hackfleisch, das Ei, das Paniermehl, die Sojasauce, Salz, Pfeffer und die . Ist das alles in der Schüssel, werde ich es gründlich vermischen und etwa 10 Minuten von Hand kneten.
3. Nun nehme ich eine kleine Portion des Hackfleischgemischs aus der Schüssel und schleife dies in den Handflächen zu einer kleinen Kugel mit etwa 4-5 cm Durchmesser.
4. Nun geht es schon an den (DO). Diesen heize ich mit hoher Hitze von unten vor und erhitze die Butter oder ein Öl darin. Verwendet ihr den DO mit Kohle, dann empfehle ich euch bei einem , den ich im Video verwende, etwa 12 Briketts, die alle unter dem Dutch Oven liegen.
5. Ist dann das Öl heiß, brate ich die Fleischbällchen ringsum braun an. Das muss ich beim FT3 in mehreren Durchgängen machen. Sind alle angebraten, nehme ich sie aus dem DO und lege sie beiseite.
6. In das phantastisch aromatisierte Bratfett im DO gebe ich nun nochmals

etwas Butter und dann unter ständigem rühren das Mehl. So entsteht eine sogenannte Mehlschwitze.

7. Sobald diese beginnt zu schäumen oder zu bräunen, lösche ich alles mit der Sahne und dem Weißwein ab. Auch hier wird gerührt, was das Zeug hält, sonst entstehen Klumpen. Jetzt soll alles nur noch aufkochen und schon habt ihr eine wunderbare Sauce. Solltet ihr versehentlich zu viel Mehl verwendet haben, wird die Sauce an dieser Stelle etwas zu sehr eindicken. Dann gebt ihr an dieser Stelle einfach etwas Mehr Sahne oder Weißwein dazu und schon bekommt ihr die Konsistenz, die ihr euch wünscht.
8. Jetzt gebe ich die Hackbällchen wieder in die Sauce, lasse alles noch ein paar Minuten köcheln und fertig sind unsere schwedischen Köttbullar.

Dazu passen hervorragend die schwedischen Ofenkartoffeln aus dem Video. Viel Spaß beim Nachmachen und genießen,

euer Andy

[amd-yrecipe-recipe:11]

---

## Coq au vin vom Atago

### Zutaten:

- 1 großer Hahn oder 7 - 9 Hähnchenkeulen
- 7 Schalotten
- 3 Zehen Knoblauch
- 1 Pack Baconscheiben
- 3 Möhren
- 3 Stangen Staudensellerie
- Öl zum Anbraten
- Tomatenmark
- 1 L Rotwein

- 375 g Champignons
- 2 Paprikaschoten
- Petersilie
- Salz und Pfeffer
- Thymian

## **Zubereitung:**

1. Zuerst schäle ich das Gemüse und schneide alles in grobe Stücke. Dann wird, sofern nicht schon beim Metzger geschehen, der Hahn zerteilt. Und dann ist schon Zeit, die Kohlen zu starten. Ich benötige heute etwa 24 Briketts.
2. Für den Anfang gebe ich alle Kohlen unter den Dutch Oven, da erst einmal die Hähnchenteile angebraten werden müssen. Dafür erhitze ich den Dutch und gebe Öl in ihn bis es heiß ist. In diesem Öl werden die Hähnchenteile ringsum goldgelb angebraten. Dann nehme ich sie wieder heraus und stelle sie beiseite um die nächsten anzubraten.
3. Wenn die letzten Teile im Dutch Oven sind, gebe ich noch die Karotten-, Schalotten- und Selleriestücke, sowie die in Streifen geschnittenen Baconscheiben dazu und dünste bzw. röste die schon mal mit. Kurz vor ende des anbratens gebe ich noch das Tomatenmark dazu und lasse es ebenfalls etwas mitrösten.
4. Nun würze ich alles noch mit Salz, Pfeffer und Thymian. Jetzt lege ich alle Hähnchenteile auf das Gemüsebett und lösche mit einem Liter Rotwein ab.
5. Jetzt verschließe ich den Dutch Oven und gebe 14 der Briketts auf den Deckel. So kann das ganze für eine Stunde vor sich hin schmoren.
6. Nach Ablauf der Stunde erhitze ich mir noch eine Pfanne und brate in dieser die Paprika und die Pilze an. Wenn diese weich sind, ist es getan! Lasst es euch schmecken,

euer Andy