

EDEKA  
**KOCHSCHULE**



LECKER MIT LUTHER

# PIKANTER BOHNENEINTOPF

mit Hackbällchen



*Dirk Luther*  
Dirk Luther

# Pikanter Bohneneintopf

mit Hackbällchen

## ZUTATEN

### HACKBÄLLCHEN

300 g gemischtes Hackfleisch  
1 Zwiebel, fein gewürfelt  
1/2 Knoblauchzehe, fein gewürfelt  
1 Scheibe Bacon, gewürfelt  
2 TL Senf  
1/4 altbackenes Brötchen  
1 Ei  
1 TL Majoran, fein geschnitten  
1 EL Blatt Petersilie, fein gehackt  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
2 EL Rapsöl zum Braten  
3 Kabanossi

### EINTOPF

200 g rote und weiße Bohnen aus der Dose  
4 Schalotten, fein gewürfelt  
4 Knoblauchzehen, fein gewürfelt  
1 große Chilischote, fein gewürfelt  
2 rote Paprika, in Streifen geschnitten  
300 g Kirschtomaten, halbiert  
3 EL Paprikapulver  
2 EL Zucker  
2 EL Tomatenmark  
40 ml heller Balsamicoessig  
3 EL Rapsöl zum Braten  
1 l kräftige Geflügel- oder Rinderbrühe  
2 EL Majoran, fein geschnitten  
Salz und Pfeffer aus der Mühle



gemischtes  
Hackfleisch



**HACKBÄLLCHEN** Das Brötchen in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken. Das Ei mit Salz, Pfeffer und Senf verquirlen. Mit einem Holzlöffel oder mit den Händen alle Zutaten außer den Würstchen gut miteinander vermengen und die Masse mit feuchten Händen zu gleich großen Bällchen formen. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Hackbällchen bei mittlerer Hitze rundum goldbraun anbraten. Die Kabanossi in Scheiben schneiden und kurz mitbraten.

**EINTOPF** Schalotten, Knoblauch und Chili in heißem Rapsöl andünsten. Die Paprikastreifen hinzufügen und ebenfalls andünsten. Mit Paprikapulver und Zucker bestreuen, das Tomatenmark dazugeben und anschwitzen, danach mit Essig ablöschen und mit der Brühe auffüllen. Das Ganze jetzt 15 Minuten köcheln lassen. Die Bohnen, Hackbällchen, Kabanossis sowie die Kirschtomaten zu der Brühe geben und bei schwacher Hitze nochmals 15 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Majoran verfeinern.

## Labskaus

## ZUTATEN

### LABSKAUS

750 g mehligkochende Kartoffeln  
200 g Corned Beef  
150 g Zwiebeln, geschält und in Würfel geschnitten  
200 g eingelegte Rote Beten, fein gehackt  
50 ml Rinderbrühe  
Gewürzgurkenwasser  
40 g Butter  
Salz und Pfeffer

### GARNITUR

4 halbe Matjesfilets  
4 Gewürzgurken, gefächert geschnitten  
150 g eingelegte Rote Beten, in Scheiben geschnitten  
4 Eier



**ZUBEREITUNG** Die Kartoffeln waschen, schälen, kochen und anschließend durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Zwiebelwürfel in einer großen Pfanne in Butter anschwitzen, das Corned Beef in Würfel schneiden, zugeben und 2 Minuten mitschmoren. Zwiebeln und Corned Beef zu der Kartoffelmasse geben, die Rote Bete unterrühren und mit Brühe und etwas Gewürzgurkenwasser abschmecken. Alles dicklich einkochen, sodass die Konsistenz des Labskaus etwa der eines Kartoffelpürees gleicht. Kurz vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Eier als Spiegeleier braten. Das Labskaus auf vorgewärmte Teller geben, mit Spiegeleiern, Gurkenfächern, Rote-Bete-Scheiben und Matjesfilets garnieren.



LEICHT



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 40 MIN.



4 PORTIONEN

