

# Fleischröllchen mit Petersilsalat

Rezept für 1 Portionen

Dauer: ca. 30 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Rindfleisch	15 Dekagramm
Olivenöl	2 Esslöffel
Zitronensaft	1 Esslöffel
Semmeln	½ Stk.
Rohe Hühnereier - mittel	1 Stk.
Knoblauchzehen	2 Stk.
Vollmeersalz	Etwas / nach Bedarf
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Glatte Petersilie / Petersilgrün	3 Esslöffel
Äpfel / Apfel	15 Dekagramm

## Zubereitung:

Semmel in lauwarmen Wasser etwa 5 Minuten einweichen und gut ausdrücken. Mit Faschiertem, verquirltem Ei, Knoblauch, Salz und Pfeffer gut vermengen. Die Masse in 4 Portionen teilen und jede Portion zu einem etwa 10 cm langen Röllchen formen. Backtrennpapier mit Öl bestreichen und mit den Röllchen belegen. Fleischröllchen im vorgeheizten Rohr auf mittlerer Schiene bei 200 Grad etwa 12 Minuten braten.

Petersilsalat: Apfel waschen, entkernen, halbieren und in dünne Spalten schneiden. Mit Zitronensaft, Olivenöl und Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleischröllchen mit Petersilsalat anrichten.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-2251-Fleischroellchen-mit-Petersilsalat.html>

Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)