



ITALIENISCHE FLEISCHPFLANZERL MIT KURKUMA-DIP UND SALAT

Zutaten (für 2 Personen):

- 300 g Rinderhackfleisch
- ½ Semmel
- ½ Zwiebel
- 2 EL Schleißheimer Käs oder
1 EL Parmesan (gerieben)
- ½ EL Petersilie
- 1 kleines Ei
- 1 TL Senf
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- 2 Hände voll Salat nach Belieben



Für den Kurkuma-Dip:

- 2-4 EL Joghurt
- 1-2 TL Kurkumapaste
- mit Salz und Pfeffer abschmecken

Zubereitung:

Semmel in Wasser einweichen.

Die Zwiebeln würfeln und mit Hackfleisch, Petersilie, Senf, Ei, Käse und der ausgedrückten Semmel vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse mittelgroße Fleischpflanzerl formen und bei mittlerer Hitze in einer geölten Pfanne rausbraten. In der Zwischenzeit den Salat waschen, mit dem Dressing vermengen und auf Teller anrichten. Den Joghurt in eine kleine Schüssel geben und je nach persönlichem Geschmack mit der Kurkumapaste, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Fleischpflanzerl auf den Salat geben und mit dem Kurkuma-Dip garnieren.

Das Salatdressing-Rezept gibt es [HIER](#)

Guten Appetit!