

---

## **Frikadellen Welt: Björn Freitag testet Bifteki, Köfte & Co.**

### **Rezepte von Björn Freitag, Titti Qvarnström und Serhat Çokgezen**

Köttbullar Original .....	2
Vegobullar a la Titti.....	4
Königsberger Klopse a la Björn.....	6
Çiğköfte a la Serhat.....	8

## Köttbullar Original

Rezept von Titti Qvarnström

**Saftige schwedische Köttbullar — mit purer Hackfleischnote. Dieses Rezept von Schwedens Spitzenköchin Titti Qvarnström ist mit wenigen Zutaten schnell gemacht.**



### Zutaten für 4 Personen:

- 50 g Semmelbrösel
- 50 ml Milch
- 50 ml Sahne
- 1 Ei
- ½ Zwiebel
- 500 g gemischtes Hackfleisch (Schwein und Rind)
- 1 TL Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 2 EL Butter

- 2 EL Rapsöl

**Zubereitung:**

- Semmelbrösel mit Milch, Sahne und Ei gut vermengen.
- Zwiebel reiben oder sehr fein schneiden und dazugeben.
- Hackfleisch, Salz und Pfeffer dazugeben und vermengen, bis die Masse glatt und fest wirkt.
- Die Hände mit kaltem Wasser anfeuchten und kleine Fleischbällchen rollen.
- Die Köttbullar in Butter und Öl anbraten, bis sie gleichmäßig gebräunt sind.

## Vegobullar à la Titti

Rezept von Titti Qvarnström

**Diese würzigen Bohnenbällchen mit gerösteten Sonnenblumenkernen haben Biss und Aroma. Schwarze Bohnen, Senf und Sojasauce sorgen für eine kräftige Umami-Note.**



### Zutaten für 4 Personen:

- 400 g vorgekochte schwarze Bohnen
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 200 g Sonnenblumenkerne
- 200 g Semmelbrösel
- 2 Eier
- 1 EL Dijonsenf
- 1 EL Sojasauce
- 1 TL Piment (gemahlen)
- 1 TL Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 kleiner Bund Petersilie
- 2 EL Butter
- 2 EL Rapsöl

**Zubereitung:**

- Sonnenblumenkerne in einer trockenen Pfanne anrösten, leicht abkühlen lassen und anschließend zerkleinern.
- Zwiebel und Knoblauch sehr fein schneiden oder reiben.
- Petersilie klein schneiden.
- Die schwarzen Bohnen abspülen und abtropfen lassen, dann in eine Schale geben und mit einer Gabel oder einem Schneebesen zerstampfen.
- Alle restlichen Zutaten dazugeben, gut vermengen, dann ca. 10 Minuten ruhen lassen.
- Danach kleine Bälle formen und in Butter und Öl anbraten.

## Königsberger Klopse à la Björn

Rezept von Björn Freitag



### Zutaten für 4 – 6 Personen:

- 5-7 Kartoffeln
- 5 Scheiben Toastbrot
- 150 ml Milch
- 4-5 Schalotten
- 400 g Kalbshackfleisch
- 400 g Schweinehackfleisch
- 1 Ei
- Salz
- Pfeffer
- 1-2 EL Senf
- 1 Bio-Zitrone
- ½ Bund Petersilie
- 1-2 EL Paniermehl
- 1 Glas Kapern
- 1,5 Liter Rinderknochenbrühe
- 2 EL Butter
- 3-4 EL Mehl

- 2 EL Doppelrahmfrischkäse
- 1-2 EL Weißweinessig

**Zubereitung:**

- Kartoffeln schälen, halbieren und in Salzwasser kochen.
- Die Rinde vom Toastbrot abschneiden, Toastbrot zerkleinern und in Milch einlegen.
- Schalotten fein würfeln.
- Hälfte der Kapern fein hacken.
- Petersilie klein hacken und etwas Zitronenschale abreiben.
- In einer großen Schüssel das Hackfleisch mit dem eingeweichten und ausgedrückten Toastbrot, dem Ei, Schalotten, 1-1,5 EL Senf, 2 TL Salz, etwas Pfeffer, Abrieb der Zitrone, Petersilie und Paniermehl zu einer Masse vermengen.
- Die Brühe erhitzen.
- Klopse mit der Hand formen, in die Brühe legen und 15-20 Minuten garen lassen.
- 1 EL Butter in einen Topf geben und erhitzen.
- 3-4 EL Mehl zur Butter geben und umrühren.
- Etwas Pfeffer und die restlichen Kapern hinzugeben und weiter umrühren.
- Die Klopse aus der Brühe holen und beiseitestellen.
- Die Brühe zur Butter-Mehl-Mischung geben.
- 2 EL Frischkäse und einen Schuss Essig dazu geben, gut umrühren und einkochen lassen.
- Die garen Kartoffeln abgießen, mit der restlichen Butter vermischen und zu Püree stampfen.
- 1 TL Senf zur Sauce geben, die Klopse hineinlegen, circa 10 Minuten ziehen lassen und anschließend servieren.

## Çiğköfte à la Serhat

Rezept von Serhat Çokgezen

**Würzig, fruchtig, leicht scharf – diese vegetarischen Çiğköfte haben es in sich. In Salatblätter gewickelt, mit Zitronensaft beträufelt, werden die kleinen Bulgur-Frikadellen zum perfekten Fingerfood.**



### Zutaten für 4 – 6 Personen:

- 500 g dunkler extrafeiner Bulgur
- 500 ml kochend heißes Wasser
- 1 Zwiebel
- 2-3 Zehen Knoblauch
- 3 EL Isot
- 75 ml Olivenöl
- 2-3 EL Paprikamark
- 1-2 EL Tomatenmark
- 1-2 EL Paprika Edelsüß
- 2 TL Kreuzkümmel
- 1-2 TL Pul Biber
- 2-3 TL Sumak
- 2-3 TL Salz
- 2 TL Pfeffer

- 1-2 Zitronen
- 4-5 EL Granatapfelsirup
- Optional frische Petersilie oder Minze.
- Blattsalat (z.B. Romana)

**Zubereitung:**

- Bulgur in das heiße Wasser geben und ziehen lassen, bis das Wasser aufgesaugt ist.
- Zwiebel sehr fein hacken oder reiben, Saft wegschütten.
- Knoblauch fein hacken.
- Isot und Olivenöl in ein Gefäß geben und ca. 15 Minuten ziehen lassen.
- Den Bulgur mit Zwiebeln und Knoblauch, Paprikamark, Tomatenmark, Paprika Edelsüß, Kreuzkümmel, Pul Biber, Sumak, Salz, Pfeffer, Saft einer Zitrone, 2-3 EL Granatapfelsirup, Isot und Olivenöl mischen.
- Tipp: Die Schärfe kann je nach Geschmack angepasst werden.
- Alles gut durchmischen und für 15 bis 20 Minuten mit der Handinnenfläche kneten, bis sich eine Masse bildet, bei Bedarf noch etwas Wasser oder Olivenöl hinzugeben.
- Die Masse anschließend für ca. 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
- Salat waschen und in einzelne große Blätter zerrupfen.
- Walnussgroße Stücke aus der Masse nehmen und ovale Frikadellen mit der Handinnenfläche formen.
- Empfehlung: Jedes Stück Çiğköfte in ein Salatblatt legen, mit frischem Zitronensaft und/oder Granatapfelsirup beträufeln.