

# Hackfleisch-Spinat-Täschli mit Knoblauchrisotto

## Zubereitungszeit

40 Minuten

## Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 770 kcal

Eiweiss: 43 g

Fett: 32 g

Kohlenhydrate: 70 g

## Zutaten für 4 Portionen

1	Zwiebel
3 EL	Bratbutter
200 g	Blattspinat
6 EL	Halbrahm
	Muskat
	Salz
	Pfeffer
6 EL	Paniermehl
600 g	Kalbshackfleisch

### Knoblauchrisotto

5	Knoblauchzehen
2 EL	Olivenöl
300 g	Risottoreis, z. B. Carnaroli
2 dl	Weisswein
8 dl	Geflügelbouillon
60 g	Parmesan
	Salz
	Pfeffer



## Zubereitung

1. Für den Risotto Knoblauch in dünne Scheiben schneiden und in einer grossen Pfanne im Öl knusprig braten. Die Hälfte für die Garnitur auf Haushaltspapier beiseitelegen. Reis in die Pfanne geben. Unter Rühren mitdünsten, bis er glasig wird. Mit Wein ablöschen, einkochen lassen. Unter Rühren nach und nach gesamte Bouillon dazugliessen. Ca. 30 Minuten köcheln lassen, bis der Reis sämig ist, aber noch etwas Biss hat. Parmesan dazureiben, unter den Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit beiseitegelegtem Knoblauch garnieren.
2. Inzwischen Zwiebel fein hacken und in wenig Bratbutter dünsten. Spinat und Rahm beigeben. Spinat unter gelegentlichem Rühren zusammenfallen lassen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Rahm zur Hälfte einkochen. Alles aus der Pfanne nehmen. Mit Paniermehl und Hackfleisch zu einer geschmeidigen Masse kneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Hackfleisch in wenig Bratbutter braten und degustieren. Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Aus der Masse Täschli à ca. 120 g formen. In der restlichen Bratbutter bei mittlerer bis starker Hitze beidseitig 10–15 Minuten braten. Mit dem Knoblauchrisotto servieren.