

Polpettine allo spiedino

Frischer Rosmarin gibt den Hackfleisch-Spiessli eine charakteristische Note. Dazu gibts Stangenselleriesalat – eine Entdeckung für alle, die ihn bis jetzt nur als Dip kannten.



Zutaten

Für 4 Personen:
pro Person ca. 1569 kJ/375 kcal

100 g Weissbrot, ohne Rinde, zerzupft
500 g gehacktes Rindfleisch
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 TL Rosmarinnadeln*, fein gehackt
1 TL Oreganoblättchen*, fein gehackt
1¼ TL Salz*
wenig Pfeffer aus der Mühle
12 Zweiglein Rosmarin*
Öl zum Braten

1 EL Aceto balsamico bianco
2 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 TL Oreganoblättchen*, fein gehackt
Salz* und Pfeffer, nach Bedarf
½ EL Olivenöl
400 g Stangensellerie, schräg in ca. 5 mm dicken Scheiben

Vor- und Zubereitungszeit

ca. 45 Minuten
ergibt 12 Stück

*Diese Zutaten sind nicht als Naturaplan-Produkte erhältlich.

Zubereitung

Polpettine: Brot in warmem Wasser ca. 20 Min. einweichen, herausnehmen, gut ausdrücken, fein hacken. Hackfleisch und alle Zutaten bis und mit Pfeffer in eine Schüssel geben, Brot beigegeben, mischen, von Hand gut kneten. Masse in 12 Portionen teilen. Mit nassen Händen zu ovalen Würstchen formen, je einen Rosmarinzweig längs durch die Würstchen stecken. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Polpettine portionenweise bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. braten, warm stellen. Mit dem Stangenselleriesalat anrichten.

Stangenselleriesalat: Aceto balsamico, Olivenöl und Knoblauch verrühren, Oregano darunter mischen, würzen. Olivenöl in einer Pfanne warm werden lassen, Stangensellerie ca. 5 Min. dämpfen, unter die Sauce mischen.

■ **Tipp:** Statt Stangensellerie 3 Tomaten, geschält und in Würfeli geschnitten, verwenden.

www.coopzeitung.ch/rezept

di rosmarino



coop



Klassisch norditalienisch

Der **Valpolicella DOC Zeni Ripasso** ist von leuchtendem Rubinrot. Er ist sehr reich an Aromen – von Birnen und Äpfeln bis zu Zimt- und Dörrzwetschgen klingt vieles an. Dieser Wein, der aus den norditalienischen Traubensorten Corvina, Rondinella und Molinara gewonnen wird, ist eine Spezialität. Zu italienischen Gerichten oder «einfach so» ein Genuss!

Preis: Fr. 13.90/75 cl.

Erhältlich in grösseren Coop-Verkaufsstellen und online unter:

www.coop.ch/wineshop

FOTOS: ANDREAS FAHRNI; STYLING: IRENE DE GIACOMO



Das Rezept aus der Coopzeitung sehen Sie jede Woche im Coop Mittwochstudio. 19.20 Uhr auf SF1 und SF2.