

Buletten mit Blumenkohl und Salzkartoffeln

500g Hackfleisch
2 Eier
1 Brötchen oder 4 EL
Paniermehl
1 Zwiebel oder
Zwiebelgranulat
1 TL Senf
1 TL Majoran
Salz, Pfeffer, Wasser oder
Milch

Alles gut vermengen, formen
und mit Öl in der Pfanne
goldbraun braten.

Blumenkohl

1 Blumenkohl
Salz, Zucker, Zitrone
In Wasser kochen und
anschließend in einer Pfanne
mit Butter und Paniermehl
schwenken

ACHTUNG! Das
Blumenkohlwasser in einer
Schüssel aufbewahren, als
Grundlage für eine
Blumenkohlsuppe.

Kartoffeln schälen und in
Salzwasser kochen

Guten Appetit!



<https://youtu.be/3zTllq4qc9E>

