



Zwiebel-Frikadellen

Zutaten

- 500 g Hackfleisch
- 75 g rote Paprikaschoten
- 1 Beutel Maggi Für Genießer, Zwiebel Suppe
- 150 ml Schlagsahne
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Paprika waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen, in sehr kleine Würfel schneiden und zugeben.
2. MAGGI Für Genießer Zwiebelsuppe darüber streuen. Sahne zugießen. Zutaten zu einem Hackfleischteig vermengen. Mit nassen Händen daraus kleine Frikadellen formen.
3. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Frikadellen darin rundherum braten. Dazu schmeckt ein gemischter Salat.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	10 g
Energie	493 kcal
Fett	39 g
Protein	27 g

🕒 30 Minuten

⊕ 4 Portionen