



# Berliner Buletten

## mit Kartoffel-Möhren-Gemüse

von Johann Liegl. Gemeinschaftswäscherei Himmelsthür



### Für die Buletten:

#### Zutaten

1 kg	Hackfleisch
2	Brötchen
2	Eier
2	Zwiebeln
nach Geschmack	Kümmel, ganz
nach Geschmack	Salz und Pfeffer
nach Geschmack	Senf

#### Zubereitung

in Wasser einweichen und anschließend ausdrücken  
klein gehackt

Alles gut mit einander vermischen  
und dann in einer gefetteten Pfanne braun braten.

### Fürs Gemüse:

#### Zutaten

600 g	Möhren
1,2 kg	Kartoffeln
2 Essl.	Öl
2 Essl.	Mehl
250 ml	Brühe
100 ml	Orangensaft
50 ml	Sahne
nach Geschmack	Salz und Pfeffer

#### Zubereitung

putzen und  
in Scheiben schneiden  
putzen und  
in Scheiben schneiden

in eine gefettete Auflaufform geben

Öl erhitzen und das Mehl zugeben. Unter Rühren ein wenig schwitzen lassen. Mit Brühe, Orangensaft und Sahne ablöschen und circa 5 Minuten kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Kartoffeln und Möhren gießen. Im vorgeheizten Backofen ungefähr 50 Minuten garen lassen. (E-Herd < 200°, Gas > Stufe 3, Umluft > 180°)

½ Bund	Petersilie
2 Essl.	Sesamsamen oder Sonnenblumen- kerne

waschen und hacken  
in einer Pfanne rösten und anschließend mit der Petersilie  
mischen. Vor dem Servieren über den Auflauf geben.