

Kochen

Rezept von Martin Gehrlein aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 24.02.2026

Chinakohl mit Kartoffeln, Karotten und Hackbällchen

Für ca. 4 Personen

Zutaten

Für die Hackbällchen:

1	Brötchen, vom Vortag
1	Zwiebel
800 g	Hackfleisch, gemischt
1	Ei, Größe M
2 TL	Senf
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
etwas	Paprikapulver
einige	Semmelbrösel, nach Belieben
2 EL	Butterschmalz

Für den Chinakohl:

1	Chinakohl, ca. 800 g
2	Zwiebeln, rot
3	Karotten
4	Kartoffeln, ca. 400 g, vorwiegend festkochend
2 Stiele	Rosmarin
1 EL	Rapsöl oder Butterschmalz
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
etwas	Piment
350 ml	Gemüsebrühe, ca.
200 g	Schmand
1 Bund	Schnittlauch

Zubereitung

1. Für die Hackbällchen Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen. Zwiebel abziehen und fein würfeln (und nach Belieben kurz mit heißem Wasser überbrühen, damit sie etwas bekömmlicher werden).
2. Brötchen ausdrücken. Mit Hackfleisch, Zwiebeln, Ei, Senf, Salz, Pfeffer und Paprikapulver verkneten.
3. Aus dem Hackfleischteig kleine ca. tischtennisballgroße Bällchen formen.
4. Semmelbrösel auf eine Platte streuen. Die Bällchen darin wenden und evtl. abklopfen.
5. Butterschmalz portionsweise erhitzen. Hackbällchen darin von allen Seiten ca. 4-5 Minuten braten.
6. Hackbällchen herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
7. Den Chinakohl putzen, halbieren und anschließend in Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Karotten und Kartoffeln schälen, abbrausen und in dünne Scheiben oder Würfel schneiden. Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken.
8. Öl oder Butterschmalz in einer Pfanne (z. B. der Hackbällchenpfanne) erhitzen. Zwiebeln darin goldgelb andünsten.
9. Karotten und Kartoffeln zugeben und weitere ca. 3-4 Minuten andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Piment würzen.
10. Brühe (sowie evtl. die festeren Teile vom Chinakohl wie Strunk) unterrühren und weitere ca. 6-10 Minuten garen, bis Karotten und Kartoffeln, (je nach Geschmack), weich oder bissfest sind.

11. Hackbällchen und Schmand unterrühren. Chinakohl ebenfalls untermischen und weitere ca. 2-3 Minuten schmoren.

12. Schnittlauch abbrausen, trocknen und in Röllchen schneiden, über die Chinakohl-Hackmischung streuen und servieren.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-chinakohl-mit-kartoffeln-karotten-und-hackbaellchen-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.