



Hackfleisch Frikadellen für Baby und Familie

ab 9. Monat

Zutaten

- 350 g Rinderhackfleisch (oder gemischtes Hack)
- 1 Ei
- 1 kleine Möhre
- 1 kleines Stück Zucchini
- 2 EL Semmelbrösel



Hackfleisch-Frikadellen selber machen - so geht's:

1. Schäle und raspel das Gemüse oder schneide es in sehr kleine Würfel.
2. Gib das Hackfleisch mit dem Gemüse, den Semmelbröseln und dem Ei in eine Schüssel. Knete alles gut durch.
3. Nimm etwas von der Fleischmasse ab und forme kleine Bällchen oder längliche Nuggets für dein Baby. Für den Rest der Familie kannst du die Hackmasse nun noch würzen und dann auch zu Frikadellen formen.
4. Erhitze etwas Fett in einer Pfanne und brate die Hackbällchen darin rundherum an. Je nach Größe dauert es 8-10 Minuten, bis deine Hackbällchen gar sind. Alternativ kannst du sie auch als [Frikadellen in der Heißluftfritteuse](#) zubereiten oder bei 180°C Ober-/Unterhitze für 20-25 Minuten im Backofen garen.

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

erhältlich unter <https://www.familienkost.de/shop/>