

---

**Cardo in brodo con polpettine di carne**  
Kardensuppe mit Fleischbällchen — Abruzzan  
**Alternativ:** Veggihack- oder Kartoffelbällchen

---

**Zutaten für 4 Personen:**

*Für die Kardensuppe: 1 kg Karden (Distelhalme), Zitronensaft, Salz, 4 Eier, 1-1 1/2 l Brühe, 150 g geriebener Parmesan,*

*Für die Bällchen: 300 g Hackfleisch, Veggihack oder gekochte Kartoffeln, 100 g geriebener Pecorino, 2 Eier*

*Zubereitungszeit: 1 Stunde*

Die Karden putzen und in 4-5 Zentimeter lange Stücke schneiden. Sofort in mit Zitronensaft gesäuertes Wasser legen, damit sie nicht braun werden. Abgießen und in sprudelndem Salzwasser weichkochen (ca. 30 Minuten).

In der Zwischenzeit die Bällchen zubereiten. Dafür das Hackfleisch, Veggihack oder die zerdrückten Kartoffeln mit dem Pecorino und den beiden Eiern zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten und mit den Händen walnussgroße Bällchen daraus formen.

In einer Schüssel vier Eier mit dem geriebenen Parmesan verquirlen und nach Bedarf salzen.

Die Karden abgießen und abtropfen lassen. Mit einer Gabel leicht zerdrücken und in einen Topf geben. Die verquirlten Eier darüber gießen, die Bällchen hinzufügen. Mit der Brühe aufgießen und zum Kochen bringen. Ungefähr zwei Minuten wallen lassen, dann heiß servieren.

(leicht adaptiert für Vegetarier)



Aus: „La cucina casalinga“ Edition Spangenberg bei Droemer Knaur