Frikadellen im AirFryer

Frikadellen sind ein schmackhafter Klassiker der schnellen Küche, wenn da nicht das fettverspritzte Kochfeld wäre. Sparen Sie sich Reinigung und bereiten Frikadellen im Airfryer fettarm und bequem zu.

Herkunft: Europa
Kategorie: Aus dem Airfryer, Fischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hackfleisch gemischt, Schwein und Rind
1 Brötchen vom Vortag
1 Ei(er)
2 Zwiebel(n)
1 EL Senf mittelscharf
1 TL Salz
1 TL Pfeffer schwarz
1 TL Majoran gerebelt
1 EL Öl für die Zwiebeln

Vorbereitung

Das Brötchen in einer kleinen Schüssel mit lauwarmem Wasser einweichen für etwa 5 Minuten. Anschließend sehr gut ausdrücken, sodass kaum noch Flüssigkeit enthalten ist.
In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen, eine Zwiebel fein reiben oder in kleine Würfel hacken. Die zweite Zwiebel in feine Ringe schneiden und mit 1 EL Öl vermischen.

Zubereitung

Das ausgedrückte Brötchen, das Hackfleisch, das Ei, die geriebene Zwiebel, Senf, Salz, Pfeffer und Majoran in eine große Schüssel geben. Kneten Sie alles mit den Händen kurz und kraftvoll, bis eine homogene Masse entsteht.
Die Masse in 8 Portionen aufteilen und mit angefeuchteten Händen ca. 8 flache Frikadellen à je ca. 65 g formen.
Den AirFryer auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
Legen Sie die Frikadellen in den Korb des AirFryers und verteilen die geölten Zwiebelringe darüber und dazwischen. Alles bei 180 °C für 18 bis 20 Minuten garen. Die Frikadellen nach der Hälfte der Zeit einmal vorsichtig wenden.
Prüfen Sie nach Ende der Garzeit, ob die Frikadellen innen durchgegart sind (kein rosa Kern). Herausnehmen und sofort mit den geschmorten Zwiebeln servieren.
Tipp
Die Frikadellen halten sich im Kühlschrank luftdicht verpackt 2 bis 3 Tage. Zum Aufwärmen kurz erneut im AirFryer bei 160 °C für 4 bis 5 Minuten erhitzen.
Die rohen Frikadellen lassen sich gut einfrieren. Einfach portionsweise einfrieren und bei Bedarf direkt im AirFryer garen.

© 2026 coquina.de