

Hackbällchen in Tomatensauce bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

100 gr Frühstücksspeck in Scheiben, 2 Zwiebeln, 1 Scheibe Toastbrot, 400 gr gemischtes Hackfleisch, 1 Ei (Größe M), 1 Dose geschälte Tomaten (800gr), 200 gr Langkornreis, 100 ml Gemüsebrühe, 1 Prise Zucker, 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer, Salbei oder Basilikum, 4-5 Esslöffel Öl.

Die Vorbereitungen:

Den Speck fein würfeln, die Zwiebeln abziehen und ebenfalls fein würfeln. Kräuter abbrausen, feinhacken. Tomaten abtropfen lassen und den Saft auffangen. Die Tomaten in grobe Stücke teilen.

Die Zubereitung:

Den feingewürfelten Speck in einer Pfanne ohne Fett auslassen und herausnehmen. 1 feingehackte Zwiebel und die Kräuter im Fett andünsten und herausnehmen.

Das Toastbrot in heißem Wasser kurz einweichen, gut ausdrücken und mit dem Hackfleisch, dem Speck, der Zwiebel-Kräuter-Mischung und dem Ei vermischen. Hackmasse salzen und pfeffern. Den Reis in Salzwasser nach Packungsangabe gar kochen. In der Zwischenzeit aus der Hackmasse kleine Bällchen (2-3cm ø)formen. Die Hackbällchen in einer großen Pfanne in 2-3 EL Öl portionsweise in 5-6 Minuten rundherum knusprig braten. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, übrige Zwiebeln darin andünsten. Tomaten, Tomatensaft und Brühe zufügen und alles unter Rühren 3-5 Minuten einköcheln lassen. Zum Schluß mit Salz, Pfeffer und einer Priese Zucker abschmecken. Reis in einem Sieb abgießen, abtropfen lassen. Hackbällchen mit der Sauce und dem Reis servieren, nach Belieben mit einigen Kräuterblättchen verzieren.