Köttbullar in Tomatensauce



Zutaten für 6 Portionen:
600 g Hackfleisch, gemischt
2 Eier Handelsklasse M
1 Bund Petersilie
2 Zehen Knoblauch
4 Esslöffel Olivenöl
3 Esslöffel Semmelbrösel
1 Prise Paprikapulver, edelsüß
1 Prise Salz
1 Prise schwarzer Pfeffer aus der Mühle



Zutaten für Tomatensauce:
750 g aromatische Tomaten
1 große Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
1 Lorbeerblatt
2 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel Paprika Pulver, edelsüß
125 ml Rinderfond
1 Prise Salz
1 Prise schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zum darüber streuen:
80 g frischer Parmesan
1 Esslöffel Petersilie

Zubereitung:
Für die Soße zunächst die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Tomaten waschen, auf der runden Seite über Kreuz einritzen und mit kochendem Wasser überbrühen. Danach kalt abschrecken und die Haut abziehen.

Die Tomaten danach vierteln, den Fruchtansatz und die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch klein hacken.

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin 3-4 Minuten anschwitzen. Die Tomatenwürfel, die Fleischbrühe und das Lorbeerblatt hinzufügen und die Soße bei geringer Hitze 30 Minuten offen köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blättchen ebenfalls fein hacken.

Das Hackfleisch in eine Schüssel geben und mit dem Knoblauch, der Petersilie, dem Paniermehl, den Eiern sowie Salz, Pfeffer und Paprikapulver vermischen und zu einem homogenen Teig verarbeiten.

Aus der Hackfleischmasse 18 runde Hackbällchen formen und auf einen Teller setzen.

Dann das Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Fleischbällchen darin etwa 20 Minuten braten, bis sie rundherum schön gebräunt sind.

Zuletzt die Tomatensoße kräftig abschmecken, die Hackbällchen hineingeben und ca. 10 Minuten darin ziehen lassen.

Mein Tipp:

Die Köttbullar in Tomatensoße mit Parmesan sowie Petersilie bestreuen und mit geröstetem Weißbrot oder Nudeln (z.B.: Spagetti, Spirelli, usw.) servieren.

Wow, det smakar gott, och vill ha mer.

(Wow, es schmeckt gut, und ich möchte mehr.)

