

Albondigas mit Pimientos

Die spanische Hackbällchen-Version wird traditionell in Tomatensauce serviert. Die gebratenen Pimientos, kleine grüne Brat-Paprikas, passen perfekt zu diesem mediterranen Gericht. ¡Buen provecho!



Zutaten für 4 Personen:

Für die Hackbällchen:

- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Petersilie
- 500 g Rinderhackfleisch
- 1 Ei
- 25 g Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer
- Öl zum Anbraten (z.B. Rapsöl)

Für die Tomatensauce:

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- Öl zum Anbraten
- 100 ml Sherry (für eine alkoholfreie Alternative: Apfelessig)
- 500 ml Tomatenpolpa rustica (Tomatenfruchtfleisch in der Flasche)
- 2 Lorbeerblätter
- ½ TL Oregano
- ½ TL Thymian

- 1 TL Zucker
- Salz, Pfeffer

Für die Bratpaprikas:

- 200 g kleine grüne Bratpaprikas
- 1 kleine Knoblauchzehe
- Salz
- Öl zum Anbraten

Zubereitung:

- Für die Hackbällchen eine der Knoblauchzehen schälen und fein reiben. Petersilie waschen, trockentupfen und feinhacken.
- In einer Schüssel zerkleinerten Knoblauch sowie Petersilie mit Hackfleisch, Ei, Semmelbröseln, Salz und Pfeffer vermengen und zu walnussgroßen Bällchen formen.
- Hackbällchen in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten bei mittlerer Hitze anbraten.
- Für die Sauce die zweite Knoblauchzehe schälen und fein reiben. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Beides mit etwas Öl in einem Topf glasig dünsten, mit Sherry ablöschen.
- Tomatenpolpa, Lorbeerblätter, Oregano, Thymian, Zucker, Salz und Pfeffer hinzugeben. Ca. 20 min köcheln lassen.
- Die Paprikas waschen und trockentupfen. In einer Pfanne mit Öl für ca. 10 Minuten anbraten, bis sie leichte Blasen werfen. Währenddessen die letzte Knoblauchzehe schälen und fein reiben. Kurz vor Bratende die Paprikas mit Salz und geriebenem Knoblauch abschmecken.
- Hackbällchen vorsichtig in die Soße geben, warm oder heiß zusammen mit den gebratenen Piementos servieren.