

Spinat-Tagliatelle mit Hackbällchen und Zucchini Salat

Pasta, Fleisch und Salat. Für jeden was dabei und auch einzeln wunderbar zu genießen.



Zucchini Salat

Zutaten:

- 1 große Zucchini
- ½ Bio-Zitrone
- 1 EL Honig
- 1 EL weißer Balsamico
- 4 EL Olivenöl
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 EL Schnittlauch
- Salz und Pfeffer
- 200 g Schafskäse

Zubereitung:

- Zucchini mit einer Reibe in Scheiben hobeln.
- Honig, Balsamico und Olivenöl dazugeben.
- Lauchzwiebeln in feine Scheiben schneiden und ebenfalls dazugeben.
- Schafskäse über den Salat bröseln.
- Abrieb der halben Zitrone und den ausgepressten Saft hinzufügen.
- Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und alles miteinander vermengen.
- Salat für 15 Minuten ziehen lassen.

Hackbällchen

Zutaten:

- 100 g Glutenfreies Brot vom Vortag
- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 2 Eier
- 1 Eiweiß
- 2 TL geräuchertes Paprikapulver
- 160 g glutenfreies Paniermehl
- 1 EL Kapern
- 2 TL Majoran
- 2 EL Schnittlauch
- 2 Lauchzwiebeln
- Salz und Pfeffer
- Rapsöl zum Anbraten

Zubereitung:

- Altbackenes Brot in einem halben Liter Wasser einweichen.
- Die Kapern feinhacken.
- Hackfleisch in einer separaten Schüssel mit feingehackten Kapern, Majoran, Schnittlauch, Paprikapulver, zwei Eiern und einem Eiweiß zu einer Masse kneten.
- Das Eigelb für die Sauce aufbewahren.
- Brot ausdrücken und mit Paniermehl zum Hackfleisch geben.

- Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden und zum Hackfleisch geben. Alles miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Aus der Hackfleischmasse mit den Händen ca. 20 Fleischbällchen formen.
- Rapsöl in einer Pfanne erhitzen.
- Hackbällchen leicht in die Pfanne drücken und während des Bratens den Herd auf mittlere Stufe stellen, von beiden Seiten leicht anbraten lassen und bei 140 °C Umluft im Backofen für ca. 20 Minuten garen.

Tagliatelle

Zutaten:

- 250 g glutenfreie Tagliatelle
- 250 g frischer Blattspinat
- ½ Bio-Zitrone
- 1 Zehe Knoblauch
- 100 g geriebener Parmesan
- 200 g Schmand
- 1 Eigelb
- Salz

Zubereitung:

- In einem großen Topf 2,5 Liter Wasser für die Tagliatelle aufsetzen. 1 EL Salz zugeben.
- Den Spinat mehrfach abspülen, bis kein Sand mehr anhaftet.
- In eine beschichtete Pfanne etwas Wasser geben und erhitzen.
- Nach und nach den Spinat in die Pfanne geben und 2 Prisen Salz dazugeben und nur kurz garen bis die Blätter zusammengefallen sind.
- Abrieb einer halben Zitrone und eine halbe feingehackte Knoblauchzehe dazugeben.
- Nudeln ins kochende Wasser geben und nach Kochanweisung al dente kochen.
- Schmand, Parmesan und das Eigelb unter den Spinat rühren.
- Nicht mehr stark aufkochen, damit das Ei nicht stockt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- Nudeln abgießen und unter die Spinatsauce heben.
- Fertige Hackbällchen auf den Nudeln anrichten und heiß servieren.