Nah&Frisch

Nah&Frisch Professional

Italienische Fleischbällchen in Tomatensauce

Hauptspeise Fleischgerichte



Zutaten

- 400 g Faschiertes
- 3-4 EL Semmelbrösel
- 1 Ei
- Salz
- Pfeffer
- 2 Dosen gewürfelte Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1/2 - 1 Chilischote, rot
- 1-2 EL Olivenöl
- 3 TL getrocknete italienische Kräuter
- Salz

Zubereitung

Faschiertes mit Ei, Salz, Pfeffer und soviel Semmelbrösel wie nötig zu einer Masse verkneten. Daraus kleine Bällchen formen, wenig Öl in einer Pfanne und die Bällchen kurz anbraten. Beiseite stellen. Restliches Öl in die Pfanne geben und die klein geschnittene Zwiebel mit Knoblauch und fein geschnittener Chilischote, darin hell anschwitzen. Mit der Tomatendosen ablöschen, die Kräuter und etwas Salz hinzu geben und alles, ohne Deckel, unter häufigem Rühren, zu einer sämigen Tomatensoße einkochen lassen, ca. 15 - 20 Minuten.

Die Bällchen in die Tomatensoße geben und abschmecken. Zu diesem Gericht serviert man eine beliebige italienische Teigware oder frisches Weißbrot.