Rezept

Fleischbällchen in Tomatensauce – türkische Meze

Ein Rezept von Fleischbällchen in Tomatensauce – türkische Meze, am 05.06.2025

Zutaten

400 g	mageres Rinderhackfleisch
	Salz
1 Msp.	gemahlener Cumin
1 Msp.	gemahlene Nelken
750 g	Tomaten
1	Knoblauchzehe
1 EL	Olivenöl
	Pfeffer
1	Ei (S)
	Pfeffer
1 Msp.	gemahlener Zimt
2 EL	Olivenöl
2	Schalotten
2 EL	Pinienkerne
	Salz
	Basilikumblätter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Für die Fleischbällchen Hackfleisch, Ei, ½ TL Salz, Pfeffer und die Gewürze in einer Schüssel mindestens 10 Min. glatt verkneten. Aus dem Teig 24 kleine Fleischbällchen formen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen rundum farblos anbraten (nicht durchgaren). Auf einem Teller beiseitestellen.

2. Für die Tomatensauce die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, halbieren, die Kerne und die Stielansätze entfernen. Das Fruchtfleisch fein hacken. Die Schalotten und den Knoblauch schälen. Die Schalotten fein würfeln, den Knoblauch fein hacken. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten und auf einem Teller abkühlen lassen.

3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Den Knoblauch kurz mitdünsten und die Tomaten untermischen. Die Sauce offen ca. 5 Min. köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fleischbällchen in der Sauce zugedeckt in ca. 10 Min. gar ziehen lassen, dabei ab und zu wenden. Mit Pinienkernen und Basilikumblättern bestreut servieren.