

Rezept

Spanische Hackbällchen in Tomatensauce

Ein Rezept von Spanische Hackbällchen in Tomatensauce, am 29.06.2026

Zutaten

3 Scheiben Toastbrot	ca. 100 ml Milch
2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
500 g gemischtes Hackfleisch	3-4 EL gemahlene Mandeln
1 Ei	Salz
Pfeffer	scharfes Paprikapulver
2 Zweige Rosmarin	3 EL Olivenöl
5 EL Sherry (oder Apfelsaft)	3 EL Paprikamark (aus der Tube)
1 Dose stückige Tomaten (400 ml)	500 g passierte Tomaten (aus dem Tetrapack)
1-2 TL Zucker	50 g kleine Kapern

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 605 kcal

Zubereitung

1. Toastbrot entrinden und in Milch einweichen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Hackfleisch mit dem ausgedrückten Toast, jeweils der Hälfte von Zwiebeln und Knoblauch, Mandeln, Ei, Salz, Pfeffer und Paprika verkneten. Mit angefeuchteten Händen zu ca. 20 Bällchen formen. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln.
2. Das Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Die Hackbällchen darin bei starker Hitze rundherum anbraten. Die übrige Zwiebel und den restlichen Knoblauch kurz mitbraten. Den Sherry zugießen und den Bratsatz damit lösen.
3. Paprikamark, stückige und passierte Tomaten einrühren. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Zucker würzen. Den Rosmarin dazugeben und alles offen 20-25 Min. köcheln lassen. Ca. 10 Min. vor Garzeitende die Kapern unterrühren. Den Rosmarin herausnehmen, die Sauce abschmecken und die Hackbällchen in der Tomatensauce servieren. Dazu passt Oliven-Ciabatta.