

Hackfleischbällchen vom Lamm in Würzsosse

La Mise en Place:

2 Zwiebeln, 1 Peperoncino, 1 Stück Ingwer, ½ Bund Koriander, 300 g Hackfleisch vom Lamm, Pfeffermühle, 1 Ei, Hirseflocken, 2 Knoblauchzehen, 2 Tomaten, 2 Zweiglein Minze, Olivenöl, 1 Zimtstange, 2 Nelken, 1 ausgelöste Kardamomkapsel, Koriander, Kreuzkümmel, Chili, Kurkuma

Die Vorbereitung:

Eine Zwiebel, Peperoncino und Ingwer fein hacken. Den Koriander schneiden. Das Hackfleisch mit diesen Zutaten, Pfeffer, Ei und Hirseflocken zu einer festen Masse verkneten. Aus dem Teig Bällchen formen. Die zweite Zwiebel in dünne Ringe schneiden und den Knoblauch pressen. Die Tomaten in Würfelchen schneiden und die Minzezweiglein hacken.

Die Zubereitung am Herd:

In der Bratpfanne Olivenöl erhitzen. Die Fleischbällchen darin schön braun braten. Herausnehmen.

In der gleichen Pfanne erneut Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch darin hellgelb braten. Zimtstange, Nelken, Kardamom, Koriander, Kreuzkümmel, Chili und Kurkuma zufügen und mitbraten, bis es betörend duftet, dann die Tomaten beifügen.

2 dl warmes Wasser angießen und aufkochen. Die Fleischbällchen vorsichtig in den Topf setzen und bei schwacher Hitze 15 Minuten köcheln. Den Topf hin und wieder schütteln, damit die Bällchen mit Sosse bedeckt bleiben.

Die Vollendung:

Zum Servieren die Bällchen auf die Teller legen, mit der Sosse umgiessen und mit gehackter Minze bestreuen.

Das passt dazu:

Weissweinsrisotto

