

Ungarische Fleischbällchen

Zutaten (4 Portionen)

Bällchen

- ♥ 500 Gramm Hackfleisch
- ♥ 2 Knoblauchzehen
- ♥ 3- 4 El. Paniermehl
- ♥ 1 Ei
- ♥ Salz, Pfeffer

Sauce

- ♥ 1 rote Zwiebel
- ♥ 50 Gramm Speck
- ♥ 2 Spitzpaprika
- ♥ 500 Gramm frischen Champignonmix
- ♥ Öl oder Buttercreme
- ♥ 3 El. Tomatenmark
- ♥ 1 Tl. Salz, 0,5 Tl. Pfeffer, 2 Tl. Paprika (edelsüß), Petersilie
- ♥ Ca. 3 dl Wasser
- ♥ 1 Becher Schmand



Zubereitung

Fleischbällchen: Knoblauch schälen und klein schneiden. Fleisch in eine Schüssel geben. Ei, Knoblauch, Paniermehl und die Gewürze zufügen und zu einem festeren Teig vermischen. Mit nassen Händen ca. Esslöffel große Bällchen formen (ca. 12 Stück).

Zwiebel schälen und fein hacken. Paprika waschen und mit dem Speck würfeln.
Champignons säubern und in Scheiben schneiden.

In einer tieferen Pfanne den Speck anbraten. Öl zufügen und die Zwiebel glasig andünsten. Dann den Paprika zugeben und scharf anbraten. Champignons zugeben und so lange anbraten, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist. Tomatenmark zufügen und ebenfalls scharf anbraten, bis es bräunliche Farbe bekommt. Mit den Gewürzen abschmecken und mit Wasser aufgießen.

Das Ganze aufkochen und die Bällchen reinlegen. Ca. 40 Minuten köcheln lassen.

Zur Kontrolle ein Fleischbällchen rausholen und durchschneiden. Wenn es durch ist, den Schmand unterrühren und fertig.

Gedanken: der Speck und der scharf angebratene Paprika verleihen dem Gericht einen sehr intensiven und vollmundigen Geschmack.

Man kann dazu Reis, Püree oder auch Nudeln servieren. Dieses Essen kann man auch in der Arbeit leicht aufwärmen und genießen.