Fleischbällchen in Tomatensauce

Die Fleischbällchen in Tomatensauce kommen aus der spanischen Küche. Das original Albondigas Rezept bringt Abwechslung auf deinen Speiseplan.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

für die Fleischbällchen

500 g	Rinderfaschiertes
1 Stk.	Ei
1 Messerspitze	Zimt
25 g	Semmelbrösel
1 Prise	Muskatnuss
1 Stk.	Knoblauchzehe
	Salz und Pfeffer
	Mehl (zum Wälzen)
	Olivenöl

für die Tomatensauce

1 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Paprika rot
1 EL	Tomatenmark
1 EL	Zucker
50 ml	Rotwein (trocken)
1 Dose	Tomaten gewürfelt (aus der Dose 400g)
0.5 TL	Chiliflocken

	Salz und Pfeffer nach Belieben
Nach Belieben	Petersilie gehackt

Zubereitung

1. Zuerst die **Fleischbällchen** zubereiten, dazu das Faschierte, Ei, Zimt und Semmelbrösel in eine große Schüssel vermengen. Die geschälte Knoblauchzehe dazu pressen und mit Salz und Pfeffer würzen, gut vermischen.

2. Aus der Masse kleine Bällchen formen und in Mehl wenden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischbällchen für etwa 5 Minuten rundum anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen.

3. Für die **Tomatensauce**, die gehackte Zwiebel, Knoblauch und klein geschnittene Paprika im Bratensatz glasig dünsten. Tomatenmark und Zucker zugeben und kurz mitrösten. Mit Rotwein ablöschen und die Tomaten zugeben. Mit Salz, Pfeffer und je nach Belieben mit Chili würzen.

4. Abschließend die Fleischbällchen in die Pfanne geben und für 15-20 Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen. Mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.

Tipp

Zu den spanischen Fleischbällchen mit Tomatensauce, Weißbrot oder Baguette reichen.