

Fleischbällchen mit Tomatensauce

Die Fleischbällchen mit Tomatensauce nach italienische Art sind eine vorzügliche Hauptspeise. Das Rezept gelingt im Handumdrehen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

für die Fleischbällchen

500 g Rinderfaschierter (Hackfleisch)
2 Scheiben Toastbrot
60 ml Schlagobers
6 Stängel Petersilie
1 Stk. Ei
1 Stk. Knoblauchzehen gepresst
60 g Parmesan gerieben
Salz und Pfeffer
2 EL Olivenöl

für die Sauce

1 Stk. Zwiebel
1 Stk. Knoblauchzehe
400 ml Tomaten gewürfelt (aus der Dose)
4 Stängel Petersilie
1 EL Olivenöl

Zubereitung

1. Für die **Fleischbällchen mit Tomatensauce** das Toastbrot ohne Rinde zerbröseln, und zirka 5 Minuten in Schlagobers einweichen, überschüssige Flüssigkeit abgießen.. Die gewaschene Petersilie fein zerhacken.
2. Das Faschierte mit Ei, Toastbrot, Parmesan, gepresste Knoblauchzehe und Petersilie gut vermischen, salzen und pfeffern. Mit feuchten Händen zirka 8-10 kleine Bällchen formen.
3. In einer Bratpfanne Olivenöl erhitzen und die Fleischbällchen rundum braten.
4. Die Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und klein zerschneiden. Olivenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und Knoblauch glasig anrösten. Jetzt die Tomaten zugeben, aufkochen lassen. Die Fleischbällchen zur Sauce geben und bei reduzierter Hitze zirka 10 Minuten köcheln lassen. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und die klein gehackte Petersilie zugeben.

Tipp

Zu den köstlichen Fleischbällchen mit Tomatensauce nach italienische Art Nudeln oder frisches Weißbrot oder Vollkornbrot reichen.