

Albondigas - spanische Hackbällchen aus der Gusspfanne

Für die Hackbällchen:

500 g Rinderhackfleisch
1 Knoblauchzehe
1/2 TL Muskatnussabrieb
25g Semmelbrösel
25g Mehl
1 Prise Salz und Pfeffer
1 Messerspitze Zimt
1 Ei
Olivenöl zum Anbraten

Für die Sauce:

1 Zwiebel
1 rote Paprika
1 Knoblauchzehe
50ml Rotwein
1 Dose gestückelte Tomaten
1 EL Zucker
1 EL Tomatenmark
1/2 TL Chilipulver
1 EL frisch gehackte Petersilie

Hackfleisch, Ei, Zimt, Semmelbrösel und Muskatabrieb miteinander vermengen.

Die Knoblauchzehe pressen und zur Fleischmasse geben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Grill auf 180Grad vorheizen, in der Zwischenzeit aus der Fleischmasse kleine, walnussgroße Bällchen formen und anschließend in Mehl wenden.

Die Gusspfanne mit einen guten Schuss Olivenöl auf dem Grill plazieren.

Die Hackbällchen in die Pfanne geben und von allen Seiten ca. 5 Min. anbraten.

Die Zwiebel, Parika und die Knoblachzehe fein würfeln.

Die Hackbällchen aus der Pfanne nehmen, Zwiebel, Paprika und Koblauch in die Pfanne geben und glasig dünsten.

Jetzt kommt das Tomatenmark und der Zucker in die Pfanne, kurz mit anbraten und mit Rotwein ablöschen. Dann die gestückelten Tomaten hinzugeben, mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken, fertig ist die Sauce.

Jetzt kommen die Hackbällchen wieder in die Pfanne 20 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen und die Albodigas können gegessen werden.

Mit geröstetem Brot oder Reis servieren.