

Marokkanische Hackbällchen

Gesamtzeit: 45 min.

Portionen: 2



Zutaten:

1 Knoblauchzehe
2 Zwiebeln
1 Bund glatte Petersilie
4 Stiele Pfefferminze
50 g Feigen, getrocknet
250 g Rinderhackfleisch
30 g Mandelkerne, in Stiften
1 Ei, Kl. M
2 El Semmelbrösel
0.75 Tl Harissa (orientalische Würzpaste)
2 El Öl
1 Dose geschälte Tomaten (285 g EW
) Salz
Zucker
0.5 Tl gemahlene Kreuzkümmel und Kurkuma

Anweisungen:

Knoblauchzehe fein würfeln. 2 Zwiebeln in Ringe schneiden.
Von 1 Bund glatter Petersilie und 4 Stielen Pfefferminze die Blättchen abzupfen und fein hacken.
50 g getrocknete Feigen fein würfeln. 250 g Rinderhack, 30 g Mandelstifte, 1 Ei (Kl. M), 2 El Semmelbrösel, Knoblauch, Kräuter, Feigen, Salz und 1/4 Tl Harissa (orientalische Würzpaste) verkneten.
Aus der Masse walnussgroße Hackbällchen formen. 2 El Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin rundherum 5-6 Min. braten.
Herausnehmen und warm stellen.
Zwiebeln im Bratfett glasig dünsten.
1 Dose geschälte Tomaten (285 g EW) zugeben und grob zerdrücken.
Mit Salz, 1 Prise Zucker und je 1/2 Tl gemahlene Kreuzkümmel, Kurkuma und Harissa würzen. 10 Min. leise kochen.
Hackbällchen zugeben und servieren. Dazu passt Fladenbrot.