

REZEPT-SAMMLUNG

Pilzfleischbällchen mit Makkaroni

Zutaten für 2 Portion(en):

250g Rinderhack
250g Champignons (oder andere Pilze, in Scheiben geschnitten)
2 Zwiebeln, gewürfelt
1 Knoblauchzehe
1 Ei
2 EL Käse, gerieben (fettarm)
½ TL Senf
½ TL Tomatenmark
¼ TL Kümmelpulver
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 TL Brühe instant
100ml Buttermilch oder Milch
Chilipulver
Kräutersalz
Paniermehl
Tomatenmark
200g Makkaroni
evtl. Öl
Saure Sahne oder Frischkäse (0,2%ig)

Zubereitung:

100g Champignons fein Würfeln oder hacken. Hackfleisch mit den fein gewürfelten Champignons und allen nun folgenden Zutaten gründlich vermengen:

1 Zwiebel in feine Würfel geschnitten
1 Knoblauchzehe fein gehackt
1 Ei
2 EL Reibekäse
etwas Paniermehl
Salz und Pfeffer
j ½ TL Senf und Tomatenmark
¼ TL gemahlener Kümmel
Chilipulver und Kräuterpulver nach Geschmack

REZEPT-SAMMLUNG

Aus der Masse kleine Bällchen formen und möglichst ohne Öl anbraten. Bei Bedarf max. 1 EL Öl zugeben.

Für die Sauce im Bratansatz der Fleischbällchen 1 Zwiebel und die restlichen in Scheiben geschnittenen Champignons anbraten, mit 100ml Buttermilch oder Milch ablöschen, aufkochen lassen, die gekörnte Brühe einrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, ein wenig Tomatenmark dazugeben und mit etwas saurer Sahne oder dem fettarmen Frischkäse binden.

Die Makkaroni bissfest kochen und die Pilzbällchen mit der Sauce dazu reichen.

Arbeitszeit: 30 Minuten
Ruhezeit: keine