

Hackbällchen Toskana

Wir Deutschen lieben ja bekanntlich Frikadellen. Manche nennen sie auch Buletten oder Hackbällchen oder Fleischpflanzerl oder Fleischküchle und und und. Es gibt gefühlt unendlich viele Namen für diese kleinen, leckeren Dingen. Manche machen sie mit Ei, manche mit Semmelbröseln, manche mit Zwiebeln und Senf und manche nehmen einfach nur Fleisch. Entweder nur Rindfleisch oder Halb und Halb. Ich bin mir sicher, dass fast jede Familie eine eigene "Hackbällchen-Tradition" hat!

Heute möchte ich eine italienische, oder sagen wir, südlichere Version der Hackbällchen vorstellen. Diese schwimmen in Tomatensoße mit italienischen Kräutern und werden mit Mozzarella überbacken. Super easy und lecker! Dazu passt sehr gut Reis oder einfach Baguette.

Zutaten für 4 Portionen:

- 400g Gehacktes (Ich persönlich bevorzuge Rindergehacktes)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Dose gestückelte Tomaten
- Salz, Pfeffer, etwas Zucker (oder Agavendicksaft)
- Basilikum, Thymian, Oregano, Rosmarin
- 2 Kugeln Mozzarella

Zubereitung:

Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu 10-12 Bällchen formen. Diese in eine Auflaufform legen und den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tomaten in eine Schüssel geben, mit Salz, Pfeffer, den Kräutern und etwas Zucker abschmecken. Die Knoblauchzehe hineinpressen und die Soße über die Hackbällchen geben.

Den Mozzarella in insgesamt 12 Scheiben schneiden und auf jedes Hackbällchen eine Scheibe Mozzarella geben. Der verläuft mit der Zeit und vermischt sich ein wenig mit der Soße. Wer das verhindern möchte, sollte den Mozzarella erst später auf die Hackbällchen legen.

Die Auflaufform in den Ofen schieben und etwa 35-40 Minuten garen. In der Zeit

den Reis kochen bzw. die Beilagen vorbereiten (z. B. passt auch ein Salat sehr gut dazu, siehe hier).

Lasst es euch schmecken!



Eure Paula
