



Rustikale Kräuterhackbällchen

in Verjus-Cremesauce mit Reis



40-50Min.



2 Personen

Unser Koch Matthias hat heute ein Rezept für dich, das Groß und Klein begeistert! Da können nämlich angehende Köche und Köchinnen helfen, die kleinen Fleischbällchen zu formen, bevor die in einer cremigen Sauce saftig gegart werden. Dazu gibt es Tomaten, allerlei Kräuter und duftenden Basmati-Reis!

Was du von uns bekommst

- 2 Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Rinderbrühwürfel
- 1 Packung Basmatireis
- 1 Packung Semmelbrösel ¹
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Packung Italian Allrounder Gewürz
- 1 Packung Verjus
- Frische Petersilie, Schnittlauch & Dill

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 890.0kcal, Fett 42.7g, Eiweiß 36.4g, Kohlenhydrate 88.2g



1. Hackbällchen vorbereiten

Die **Petersilie** und **Dill** fein hacken. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Semmelbrösel** in 30ml Wasser einweichen. Die **Tomaten** vierteln, von den Kernen befreien und fein würfeln. Den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.



2. Hackbällchen formen

Die **Hälfte der Zwiebeln** mit den **Semmelbröseln**, **Hackfleisch**, **Dill** und **Petersilie** vermischen. Mit dem **Gewürz**, Salz und Pfeffer abschmecken und ca. 10-12 **golfballgroße Hackbällchen** formen.



3. Reis kochen

Inzwischen 400ml Wasser in einem mittleren Topf zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** mit einer Prise Salz bei niedrigster Hitze mit Deckel ca. 10-12Min. bissfest kochen. Dann nochmals zugedeckt ca. 5-10Min. ohne Hitze ziehen lassen.



4. Sauce ansetzen

Nun in einer großen Pfanne die **restlichen Zwiebeln** mit 1-2EL Olivenöl auf mittlerer Hitze ca. 1-2Min. farblos anschwitzen, dann mit 1 gehäuften EL Mehl bestäuben und mit 300ml Wasser ablöschen. Den **Brühwürfel** reinbröseln und auf niedriger Hitze ca. 3-4Min. einköcheln lassen.



5. Sauce zubereiten

Anschließend die **Crème fraîche** zur **Sauce** hinzugeben, auf niedriger Hitze einmal aufkochen lassen und mit Salz und dem **Verjus** abschmecken.



6. Hackbällchen garen

Die **Hackbällchen** bei niedriger Hitze in der **Sauce** ca. 8-10Min. gar ziehen lassen, den **Schnittlauch** und die **Tomatenwürfel** in den letzten ca. 3Min. ebenfalls hinzugeben. Nochmals mit Salz und Pfeffer nachschmecken und mit dem **Reis** servieren.