



## Ricotta-Hackbällchen

in Tomatensud mit Reis



30-40Min.



2 Personen

Durch den italienischen Ricotta-Frischkäse werden diese Fleischbällchen so richtig zart und lecker! Die zergehen dir richtig auf der Zunge. Und zusammen mit dem dicken Tomaten-Sugo und dem fluffigen Reis ist dein Abendessen ruck-zuck serviert. Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 1 Packung Ricotta <sup>7</sup>
- 1 Karotte
- Frischer Basilikum
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Packung Basmatireis
- 1 Packung Semmelbrösel <sup>1</sup>
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Knoblauchzehe

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler

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 885.0kcal, Fett 31.9g, Eiweiß 41.6g, Kohlenhydrate 105.4g



1. Zwiebel schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft oder 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den **Ricotta** in einem Sieb leicht abtropfen lassen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden, den **Knoblauch** ebenso.



2. Karotte schneiden

Die **Karotte** schälen, längs in möglichst feine Scheiben und dann in kleine Würfel schneiden. Den **Basilikum** vom Stängel zupfen und fein hacken.



3. Sauce ansetzen

Die **Karotten**, **Zwiebel** und **Knoblauch** in 1-2EL Olivenöl in einer großen, ofenfesten Pfanne ca. 2-3Min. anschwitzen und dann mit den **gehackten Tomaten** ablöschen und ca. 5-6Min. leicht köcheln lassen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ggfs. mit 100ml Wasser hinzufügen.



4. Reis kochen

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



5. Hackbällchen mischen

Den **Ricotta**, **Hackfleisch** und **Basilikum** miteinander vermengen und die **Semmelbrösel** untermischen, bis es eine formbare Masse gibt. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun ca. **10-12 golfballgroße Bällchen** formen.



6. Hackbällchen kochen

Die **Hackbällchen** in der **Tomatensauce** für ca. 10-12Min. im Backofen garen, bis sie durch sind. Den **Reis** mit den **Hackbällchen** und der **Tomatensauce** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**