



Ofen-Hackbällchen „Shakshuka“

mit Paprika, Eiern und Röstbrot



30-40Min.



2 Personen

Shakshuka ist vor allem bekannt aus der Küche des Mittleren Ostens, aber inzwischen auf der ganzen Welt beliebt. Das Gericht ist echtes „Good Mood Food“ und macht einfach immer glücklich, ob zum Frühstück, Mittag- oder Abendessen! Der Klassiker aus dickem Tomatensud, pochierten Eiern und frischen Kräutern wird aufgepeppt mit saftigen Hackbällchen und geröstetem Brot zum Tunken. Probier es aus!

Was du von uns bekommst

- 2 rote Paprika
- 1 rote Jalapeño-Chilischote
- 1 Baguettebrötchen¹
- 10g frische Petersilie
- 2 Eier³
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Dose Tomatenmark
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 2 Knoblauchzehen

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Grillfunktion
- große Pfanne

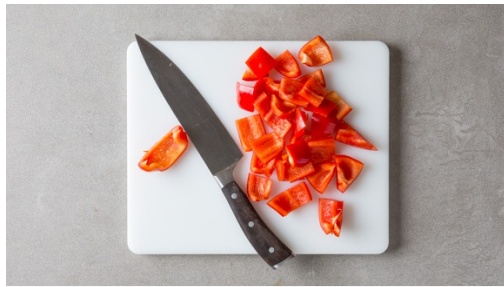
Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Eier (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 723.0kcal, Fett 37.5g, Eiweiß 36.9g, Kohlenhydrate 55.4g



1. Paprika schneiden

Den Grillofen auf 250°C vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden.



2. Paprika und Brot rösten

Die **Paprika** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit 1-2EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und ca. 2-3Min. grillen. Das **Baguettebrötchen** in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden, diese mit Olivenöl, Salz und Pfeffer bestreichen, zu den **Paprika** auf das Blech geben und ca. 2-3Min. mitgrillen, bis das **Brot** goldbraun und knusprig ist.



3. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Chilischote** in feine Ringe schneiden. **Tipp:** Für weniger Schärfe die **Chilikerne** entfernen.



4. Sauce ansetzen

Die **Paprika**, die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Chili** in einer großen ofenfesten Pfanne mit 1-2EL Olivenöl ca. 1-2Min. anschwitzen. Das **Tomatenmark** unterrühren und mit den **gehackten Tomaten** ablöschen. Die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken und ca. 5-6Min. sanft köcheln lassen.



5. Hackbällchen formen

Währenddessen die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Das **Hackfleisch** mit der **1/2 der Petersilie**, Salz und Pfeffer verkneten, zu ca. **6-8 Hackbällchen** formen und in die **Sauce** geben. Nach Bedarf bis zu 150ml Wasser hinzufügen, die **Sauce** einmal aufkochen lassen und noch ca. 8-10Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



6. Shakshuka fertigstellen

Mit einem Löffel zwischen den **Hackbällchen** zwei Kühlen in die **Sauce** drücken und die **Eier** vorsichtig hineingleiten lassen. **Tipp:** Die **Eier** separat über einer kleinen Schüssel öffnen, damit keine **Eierschale** ins Essen kommt. Die **Shakshuka** ca. 5-6Min. im Ofen backen, bis die **Eier** gestockt sind. Mit der **restlichen Petersilie** garnieren und mit dem **Brot** 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 an. [📷](#) [📺](#) [📱](#) [#marleyspooning](#)