



Spaghetti mit Fleischklößchen

Essen mit Susi und Strolchi
(Susi und Strolch, USA 1955)



Zutaten:

- 2 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Tomatenmark
- 400g gestückelte Dosentomaten
- 1/2 TL Vollrohrzucker
- Prise Salz
- Prise Pfeffer
- 1 Scheibe Vollkorntoast vom Vortag
- 3 El Schlagsahne
- 1 Bio-Zitrone
- 4 Stiele Petersilie
- 400g Rinderhackfleisch

Zubereitung:

1. Für die Tomatensauce, Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. In einem Topf 2 EL Olivenöl erhitzen und beides darin bei mittlerer Hitze 2 Minuten glasig andünsten. Tomatenmark einrühren, stückige Tomaten zugeben und 20 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Eine Prise Zucker unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Für die Fleischklößchen Toastbrot klein zupfen, in eine Schüssel geben, mit Sahne übergießen und kurz einweichen lassen. Zitrone heiß waschen, abtrocknen und Schale abreiben. Petersilie waschen, trocknen, ein paar Blättchen zum Garnieren abzupfen und beiseite legen, den Rest fein hacken. Hackfleisch, Ei, gehackte Petersilie und Zitronenschale zum Toast geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut verkneten. Mit feuchten Händen kleine Bällchen aus der Masse formen.
3. Inzwischen Spaghetti in reichlich Salzwasser nach Packungsangabe bissfest kochen. In einer Pfanne restliches Öl erhitzen und Hackbällchen darin bei mittlerer Hitze 6-8 Minuten von allen Seiten braten. Anschließend in die Sauce geben.
4. Zum Servieren Nudeln abgießen, abtropfen lassen, auf Teller verteilen und Hackbällchen mit Sauce darüber geben. Mit Petersilie garniert servieren.



Foto: Walt Disney