Spaghetti mit Hackbällchen in Tomatensoße

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Hackfleisch, gemischt	600 g
Eier	1 St.
Paniermehl	80 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Öl	4 EL
Tomatenmark	2 EL
Rotwein, trocken	150 ml
Tomaten, gehackt	850 g
Zucker	
Oregano, getrocknet	1 g
Spaghetti	500 g

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Teller, großer Topf, mittlerer Topf mit Deckel, Sieb

1. Zwiebeln halbieren, schälen und fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. In einer Schüssel Hackfleisch mit Ei, jeweils der Hälfte der Zwiebeln und vom Knoblauch, Paniermehl, Salz und Pfeffer kräftig verkneten. Aus der Masse ca. 4 cm dicke Kugeln formen.

2. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. In einem weiteren Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Fleischbällchen darin ca. 5 Min. braten. Fleischbällchen aus dem Topf nehmen und auf einem Teller beiseitestellen. Topf nicht säubern.

3. Topf erneut bei mittlerer Stufe erhitzen und im Bratenfett restliche Zwiebeln und Knoblauch ca. 2 Min. andünsten. Tomatenmark zugeben, ca. 2 Min. weiterbraten und mit Rotwein ablöschen. Rotwein ca. 1 Min. einkochen lassen.

4. Mit Tomaten auffüllen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Oregano würzen, die Fleischbällchen auf die Sauce setzen und zugedeckt ca. 10 Min. köcheln.

5. Spaghetti im siedenden Salzwasser ca. 10 Min. bissfest garen und in ein Sieb abgießen.

6. Spaghetti mit Hackbällchen in Tomatensoße auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1106 kcal
Kohlenhydrate	130 g
Eiweiß	51 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	41 g