

**Gut &
günstig**



Fleiscbällchen in Kokossauce

Für 4 Personen

Ca. Fr. 11.20



1 Frühlingszwiebel samt Grün
und rund 2 cm frischen Ingwer
sehr fein hacken.

Ca. Fr. 1.-



Beides zu 400 g Trutenhack-
fleisch, 75 g Kokosraspel,
2 TL Sambal Badjak und 2 TL
Korianderpulver gut mischen.
Aus dem Fleischteig baum-
nussgrosse Kugeln formen.
10 Minuten ruhen lassen.

Ca. Fr. 6.40



1 EL Erdnussöl im Wok erhit-
zen. Fleischbällchen rundum
goldbraun anbraten. Mit 5 dl
Kokosmilch ablöschen. 1 TL
Sambal Badjak unterrühren.
Zugedeckt 20 Minuten bei klei-
ner Hitze leise kochen lassen.
Dann Deckel entfernen und
Sauce bei guter Hitze 5-10 Mi-
nuten einkochen, bis sie cre-
mig ist. Mit Salz und Pfeffer
abschmecken. Sofort servieren.

Ca. Fr. 3.80

Tipp: Klein gewürfelte Karotten
in der Sauce mitkochen. Mit
Parfümreis servieren.