

Griechische Hackbällchen Izmir-Art

Mit Hackbällchen kann man weniger gefragtes Fleisch verwerten, Kosten sparen und gleichzeitig eine individuelle Handschrift demonstrieren. Aus diesen Gründen findet man in allen Küchen der Welt Hackbällchen-Rezepte. Sie unterscheiden sich kaum in der Zubereitungsmethode, aber im Geschmack und in der Art, wie man sie serviert und verzehrt: zwischen zwei Brotscheiben, am Spieß geröstet, in der Pfanne gebraten, in einer Sauce gegart.

In Hackbällchen lässt sich auch Geschmichte schmecken. Das klingt geschwollen, aber solche Rezepte laden ein zur Spurensuche nach Herkunft und Charakteristika einzelner Zutaten und Aromen. Griechenland hat unter osmanischer Herrschaft türkische Geschmäcke übernommen. Ein schönes Beispiel ist dieses Rezept aus dem einst kleinasiatischen, heute türkischen Izmir.

Zutaten:

500 g Lammhack (Nackenfilet, zweimal durch den Fleischwolf gedreht),
250 g Weissbrot (ohne Rinde, in Milch eingeweicht und fest ausgedrückt),
1 EL Kreuzkümmelpulver,
1 kleine Zwiebel (fein gehackt),
4 Knoblauchzehen (geschält und zerdrückt),
50 g grüne Oliven (aus der Lake, entsteint und grob gehackt),
1 Ei (geschlagen),
50 g Mehl, Olivenöl zum Braten,
Salz und schwarzer Pfeffer.

Sauce:

550 g passierte Tomaten aus der Dose,
Olivenöl extra vergine,
1 TL Zucker,
400 g geschälte Tomaten aus der Dose,
1 Gewürzsäckchen (mit 2 Zimtstangen,
3 Nelken, 2 Lorbeerblättern,
1 Dessertlöffel Kreuzkümmelsamen),
150 g Perlzwiebeln (geschält),
50 g grüne Oliven
(aus der Lake, entsteint),
Salz und schwarzer Pfeffer

150 ml griechisches Joghurt,
1 Dessertlöffel Kreuzkümmelsamen.

Zubereitung:

Hackfleisch mit dem ausgedrückten Weissbrot, dem Kreuzkümmelpulver, der gehackten Zwiebel, dem Knoblauch, den Oliven und dem geschlagenen Ei mischen. Gut mit Salz und Pfeffer würzen.



BILD PD

Hackbällchen: Universal, billig.

Die Hände anfeuchten, und aus der Hackmasse walnussgrosse Bällchen formen. Abgedeckt in den Kühlschrank stellen; ruhen lassen.

Für die Sauce die passierten Tomaten, 80 ml Olivenöl und den Zucker in einem Topf vermischen. Dosentomaten mit ihrem Saft durch ein Sieb in den Topf streichen. Sie intensivieren das Aroma der Passata. Mit Salz und frisch gemahltem Pfeffer würzen. Das Gewürzsäckchen dazugeben, die Sauce 30 Minuten köcheln. Regelmässig abschäumen.

Nun die Zwiebeln in die Sauce geben und eine weitere Stunde köcheln, bis sie weich sind. Dann noch 20 Minuten garen.

Die grünen Oliven für die Sauce 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren und in die Tomatensauce rühren. Den Deckel aufsetzen und leise köcheln.

Hackbällchen in Mehl wälzen, dann in wenig Olivenöl braun anbraten. Das festigt sie, ehe sie in die Sauce kommen. Die Sauce bis zum Siedepunkt erhitzen, die Hackbällchen einlegen und im geschlossenen Topf etwa 15 Minuten garen.

Die Kreuzkümmelsamen mit dem Joghurt verrühren. Abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Am besten serviert man die Izmir-Hackbällchen in der Sauce auf einem Reisbett, mit einem Klacks Joghurt am Tellerrand. Passend ist ein körperreicher Rotwein, zum Beispiel ein Notis.

Rezept aus: Theodore Kyriakou und Charles Campion, «Die echte griechische Küche». Heyne, 60,50 Franken