



CHEFKOCH.DE

Hackbällchen in Orangen-Tomaten-Ragout

Orangen heiß waschen, Schale dünn abreiben, dann schälen, filetieren und würfeln. Chilis waschen, putzen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Hack mit Orangenschalen, Zwiebeln, Toastbrotwürfeln, Eigelb, Salz, Pfeffer, Zimt, 4 EL Sojasauce und je der Hälfte von Knoblauch und Chili vermengen und gut kneten. Aus der Hack-Masse 20 Fleischbällchen formen. Öl erhitzen und restlichen Knoblauch sowie Chili darin glasig braten, Tomaten, Honig, restliche Sojasauce, Kaffee und Orangen zufügen, 15 Minuten köcheln lassen. Fleischbällchen in Öl rundum anbraten, dann in die Sauce geben und noch 10 Minuten köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passen Weißbrot oder Reis.

Zubereitungszeit: 1 Std.
Schwierigkeitsgrad: normal
kJ/kcal p. P.: keine Angabe /

Zutaten für 4 Portionen:

2 m.-große Orange(n), unbehandelt
2 kleine Chilischote(n), rot
3 Zehe/n Knoblauch
3 Lauchzwiebel(n)
2 Scheibe/n Toastbrot
600 g Hackfleisch, gemischt
1 Ei(er), davon das Eigelb
3 EL Öl
400 g Tomate(n), geschält
6 EL Sojasauce
½ TL Kaffee (Instant-Kaffeepulver)
2 EL Honig
Salz und Pfeffer
Zimt

Verfasser: Liesbeth