



Nudeln mit Hackfleisch-Bällchen

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

500 g Hackfleisch (Schwein)

1 Zwiebel, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

3 Esslöffel Bärlauch,
fein gehackt

2 Esslöffel Paniermehl

1 Ei

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

400 g Teigwaren

(z. B. extrabreite Nudeln)

Salzwasser, siedend

1. Fleisch und alle Zutaten bis und mit Ei in einer Schüssel gut mischen, würzen, von Hand gut kneten.
2. Teigwaren al dente kochen, ca. 5 Min. vor Ende der Kochzeit Hackfleisch-Bällchen spritzen (siehe «Gewusst wie»), mitkochen, mit den Teigwaren abtropfen, warm stellen.

Bärlauchsauce

1 dl Gemüsebouillon

180 g saurer Halbrahm

5 Esslöffel Bärlauch,
fein gehackt

½ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

Bouillon und Halbrahm warm werden lassen, Bärlauch darunterühren, Sauce würzen.

Servieren: Nudeln und Hackfleisch-Bällchen mit der Sauce mischen, auf Tellern anrichten, sofort servieren.

Pro Person: 26 g Fett, 41 g Eiweiss,
76 g Kohlenhydrate, 2940 kJ (703 kcal)



Gewusst wie: Hackfleischmasse in einen Einweg-Spritzsack ohne Tülle geben. Haselnussgrosse Stücke herauspressen, mit der Schere direkt ins siedende Wasser schneiden.