

Griechische Fleischkügel

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Fleisch

400g	Hackfleisch gemischt
1 Scheibe	Weissbrot
	heisses Wasser
1 EL	Essig
3-4 EL	Pflanzenöl
1-2	Knoblauchzehen
1-2	Zwiebeln
1 TL	Oregano
½ TL	Rosmarin
1 Büschel	Petersilie
1 TL	Salz
	Pfeffer

Sauce

½ EL	Margarine
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
1 Dose	Pelati
¼ TL	Oregano
¼ TL	Rosmarin
¼ TL	Salz
	Streuwürze
	Pfeffer frisch gemahlen
1 Prise	Zucker



Zubereitung:

Fleischkügel

Das Brot im heissen Wasser kurz einweichen, ausdrücken und mit einer Gabel fein zerdrücken. Die Zwiebeln und den Knoblauch fein hacken. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben und das Brot zugeben. Die restlichen Zutaten (Öl: 1 Esslöffel) ebenfalls unterheben. Die Fleischmasse rasch und kräftig kneten und Kügel oder daumengrosse Würstchen formen. 2-3- Esslöffel Öl erhitzen und die Kügel unter öfterem Wenden rundum anbraten und aus der Pfanne nehmen.

Dazu eine Salatmischung servieren.

Sauce

Die Margarine in der Saucenpfanne schmelzen. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken und begeben und dämpfen. Die Pelati dazugiessen und kochen bis eine sämige Sauce entsteht. Mit den Kräutern und dem Pfeffer würzen, mit dem Zucker abschmecken. Die Fleischkügel der Sauce begeben und 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln.

Mit Risotto servieren.