

## Lammhackbällchen in Tomatensauce

<sup>1</sup>Diese Fleischbällchen sind leicht in der Textur, aber reich an Geschmack und die würzige Tomatensauce gibt eine schöne Struktur.

Zutaten für 4 Personen

200 g Paniermehl  
2 EL trockener Weisswein  
500 g Lammhack  
50 g geriebener Parmesankäse  
2 EL in Öl eingelegte, getrocknete Tomaten  
3 Gewürznelken, zerdrückt  
2 Knoblauchzehe, zerdrückt  
1 TL Salz  
wenig gemahlener schwarzer Pfeffer

4 EL Olivenöl  
1 fein gehackte Zwiebel  
2 Knoblauchzehen, feingehackt  
1 dl Hühnerbouillon  
2 geschälte Tomaten, in Würfel geschnitten  
1 Zweig frischer Rosmarin  
1 TL Balsamico Essig  
6 Tropfen scharfe Chilisauce  
1 Naturjoghurt  
1 Bund frische, glattblättrige Petersilie

Das Paniermehl in eine Schüssel geben, den Wein dazugiessen. Das Lammhack und den Parmesan daruntermischen. Die getrockneten Tomaten in kleine Würfelchen schneiden und mit dem Knoblauch und den Gewürznelken daruntermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Daraus 16 Hackbällchen formen.

In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen und die Hackbällchen bei mittlerer Hitze rundumbraten. Nicht zu grosse Hitze, sonst wird der Käse schwarz.

Die Hackbällchen in einer Platte warmstellen.

Im Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, den Knoblauch zufügen. Die Bouillon und die Tomaten dazugiessen. Den Rosmarin fein hacken und dazugeben. Balsamico und Chilisauce dazugeben.

Die Hackbällchen in die Sauce geben und 5 Minuten leise köcheln lassen.

Dazu passt Reis oder Couscous. Zum Servieren einen Löffel Joghurt auf die Fleischbällchen geben und mit Petersilie bestreuen.

**Weintipp:** Dazu passt ein leichter Rotwein mit schöner Frucht z. B. ein Pinot Noir aus Europa oder Übersee oder ein leicht erdiger Rotwein mit feinen Tanninen z. B. ein Bordeaux supérieur oder ein Médoc.