

Meatballs Tikka Masala

Meatballs Tikka Masala

Hackbällchen sind nicht nur lecker, sondern auch super einfach in der Zubereitung. Da normale Fleischbällchen in Tomatensauce auf Dauer aber auch langweilig werden können, gibt es heute mal die indisch angehauchte Variante. Die orientalischen Gewürze der Hackbällchen und der Sauce, bringen eure Meatballs definitiv auf ein anderes Level. Zutaten wie Knoblauch, Ingwer und Chili, sowie Gewürze, wie Garam Masala, Kurkuma, Koriander und Kreuzkümmel, lassen einfache Fleischbällchen, zu einem ganz neuen Geschmackserlebnis werden. Zusammen mit aromatische Reis, sind die Meatballs Tikka Masala eine super leckere Sache.

Für die Fleischbällchen habe ich Rinderhackfleisch verwendet. Ein Inder würde wahrscheinlich eher Lamm- oder Schweinehack verwenden. Wer mag kann aber auch Geflügelhackfleisch nehmen. Die Sahne in der Sauce kann problemlos durch Kokosmilch aus der Dose ersetzt werden. Das passt prima und schmeckt richtig gut. Anstelle der passierten Tomaten könnte man auch stückige Tomaten aus der Dose verwenden. Dazu gibt es bei uns immer Basmati Reis. Hier könnt ihr aber natürlich einfach den Reis verwenden, den ihr am liebsten mögt.

Würzige Hackbällchen in orientalischer Sauce mit Basmati Reis

Für die Meatballs Tikka Masala zuerst das Hackfleisch für die Fleischbällchen in eine Schüssel geben. Die Zwiebel schälen und fein würfeln, den Knoblauch schälen und fein reiben. Zwiebeln und Knoblauch zusammen mit den restlichen Zutaten für die Hackbällchen in eine Schüssel geben und zu einer gleichmäßigen Masse verkneten. Aus der fertigen Hackfleischmasse ca. 12 gleichgroße Bällchen formen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Hackbällchen in die Pfanne geben und rundherum schön braun anbraten.

Währenddessen den Reis gründlich (min. 2-3 Mal) waschen, in einen Topf geben und etwa 1 cm hoch mit Wasser bedecken. Den Topf mit einem Deckel verschließen und den Reis zum Kochen bringen. Wenn der Reis kocht, die Temperatur auf niedrigste Stufe stellen und den Reis für 15-20 Minuten ziehen lassen. Dabei den Deckel nicht öffnen.

Die fertig angebratenen Fleischbällchen aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Für die Sauce die Zwiebeln, Ingwer und den Knoblauch schälen. Zwiebel in feine Würfel schneiden, Ingwer fein reiben und den Knoblauch fein hacken. Chili nach Belieben entkernen und ebenfalls fein hacken. Die Butter in die heiße Pfanne geben. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Chili dazu geben und gleichmäßig anbraten. Die Cashewkerne, das Tomatenmark und die Gewürze dazu tun, alles gut miteinander verrühren und für weitere 2-3 Minuten anbraten. Mit den passierten Tomaten aufgießen, gut umrühren und bei schwacher Hitze für etwa 20 Minuten sanft köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Lauchzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden und den Koriander fein hacken. Die Sauce nun fein pürieren, die Sahne dazu geben und alles gut verrühren. Die Fleischbällchen in die Sauce geben und für etwa 3-5 Minuten ziehen lassen. Reis, Fleischbällchen und Sauce zusammen auf einem Teller anrichten und genießen.

WEITERE REZEPT-IDEEN FÜR FLEISCH & GEFLÜGEL

DAS KÖNNTE DICH AUCH INTERESSIEREN
