



Polpette aus Rinderhack

in cremiger Tomatensauce mit Penne



20-30min



3-4 Personen

Ein leckeres Pastagericht mit saftigen Hackbällchen in einer cremigen Tomatensauce, das ist ein echter Hit, auch bei den kleinen Tischgästen. Manchmal geht halt nichts über die italienische Küche mit ihren köstlichen Aromen! Dazu noch ein grüner Beilagensalat - perfekt!

- 400g Penne ¹
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Stückchen italienischer Hartkäse ⁷
- 1 Päckchen italienische Gewürzmischung
- 400g passierte Tomaten
- 500g Rinderhackfleisch
- 50g Panko-Paniermehl ¹
- 10g Basilikum
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 100g gemischter Salat

- 1 Ei ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- großer Topf
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Energie 931kcal, Fett 43.1g,
Kohlenhydrate 90.5g, Eiweiß 43.0g



In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



Den **Käse** fein reiben. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **200ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und warm halten.



Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig anbraten. Die **1/2 der Gewürzmischung** untermischen, dann ca. die **1/2 der Knoblauch-Zwiebel-Mischung** herausnehmen und beiseitestellen. Die **passierten Tomaten** und ca. **100ml Pastawasser** in den Topf geben und die **Sauce** ca. 10Min. sanft köcheln lassen.



Das **Hackfleisch** mit 1 Ei, der **1/2 des Käses**, der **restlichen Knoblauch-Zwiebel-Mischung**, **3-4EL Panko-Paniermehl** sowie Salz und Pfeffer gut verkneten. Ggf. etwas mehr **Panko-Paniermehl** verwenden.



Aus dem **Hackfleisch** mit den Händen etwa walnussgroße **Bällchen** formen und diese in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 5Min. rundum anbraten, bis sie auch in der Mitte durchgegart sind. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Aus 1EL Olivenöl, 1-2EL Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren.



Die **Crème fraîche** und ggf. das **restliche Pastawasser** in die **Tomatensauce** einrühren. Die **Sauce** mit der **restlichen Gewürzmischung** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Pasta** mit der **Sauce** und den **Fleischbällchen** anrichten und mit dem **restlichen Käse** und dem **Basilikum** garniert servieren. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und dazu reichen.