



Scharfe Hackfleischröllchen

mit Petersilienpesto und Kartoffeln



30-40min



3-4 Personen

Von pikant bis scharf ist hier alles möglich – entscheide selbst, wie viel Sambal Oelek du in den Hackfleischteig mischst. Der cremige Joghurt mildert die Schärfe, also sei ruhig mutig. Dazu gibt es ein frisches Pesto aus Petersilie und Cashews, saftige Kirschtomaten und knusprige Kartoffeln aus dem Ofen. So! Gut!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Cashewnüsse ¹⁵
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 30g frische Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Packung Sambal Oelek
- 2 Becher Joghurt ⁷
- 1 italienischer Hartkäse ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech und Backpapier
- Backofen
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 650kcal, Fett 32.1g, Kohlenhydrate 47.1g, Eiweiß 33.2g



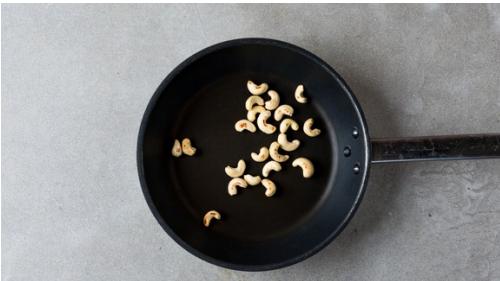
1. Kartoffeln backen

Den Backofen auf 220°C Umluft oder 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Kartoffeln** längs halbieren und über kreuz auf der Schalenseite einschneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit etwas Olivenöl bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Für ca. 20-25Min. im Ofen backen, bis die **Kartoffeln** knusprig und gar sind.



4. Hackröllchen vorbereiten

Nun das **Hackfleisch je nach Schärfewunsch** mit der gewünschten Menge **Sambal Oelek** verkneten und mit Salz abschmecken. Mit den Händen **ca. 12-14** kleine **Hackfleischröllchen** formen.



2. Cashews rösten

Inzwischen die **Cashews** ohne Öl in einer großen Pfanne in ca. 3-4Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht!** Sie können schnell anbrennen. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen, die Pfanne beiseitestellen.



3. Pesto zubereiten

Den **Käse** fein reiben. Die **Petersilie** klein schneiden und mit den **gerösteten Cashews**, 2-3EL Olivenöl und dem **Käse** mit einem Stabmixer cremig pürieren. Mit Salz abschmecken und ggf. 1-2EL Wasser hinzufügen, falls das Pesto zu dickflüssig ist.



5. Hackröllchen braten

Die **Hackröllchen** in der großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl auf mittlerer Hitze ca. 5-7Min. anbraten. Währenddessen die **Kirschtomaten** halbieren und dann weitere 2-3Min. mit den **Fleischröllchen** mitbraten.



6. Joghurtsauce mischen

Für die **Joghurtsauce** die **Schale der Zitrone** fein abreiben und den **Saft** auspressen. **Nach Geschmack 2-3TL Zitronenabrieb** und **2-3TL Zitronensaft** mit dem **Joghurt** verrühren und mit Salz abschmecken. Mit den **Fleischröllchen**, **Pesto** und **Kartoffeln** servieren.