



Saftiges Hackbällchensandwich

mit Käse und Tomatensauce



30-40min



3-4 Personen

Im Land der unbegrenzten Möglichkeiten wurde das „Meatball Sub“ einst von italienischen Einwanderern erfunden und weiß uns heute auch hierzulande zu begeistern. Gefüllt wird das knusprige Brötchen mit saftigen Hackfleischbällchen in einer fruchtigen Tomatensauce mit geschmolzenem Käse. Zu Recht ein Klassiker!

- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Tomaten
- 1 Packung Romanasalat
- 2 Lauchzwiebeln
- 400g passierte Tomaten
- 400g Geflügelhackbällchen ¹
- 100g junger Gouda, gerieben ⁷
- 4 Baguettebrötchen ¹

- 2EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Auflaufform
- Backrost
- kleiner Topf

Allergene
Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 832kcal, Fett 36.4g,
Kohlenhydrate 81.3g, Eiweiß 43.0g



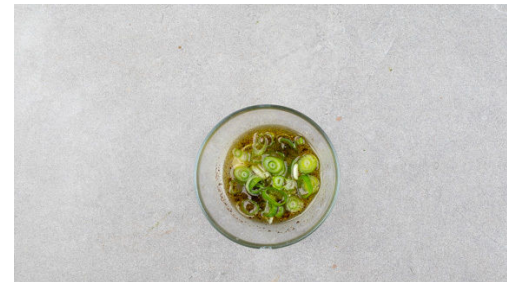
Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden. Den **Salat** in feine Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



Die **Baguettebrötchen** auf einem Backrost ca. 4Min. knusprig und goldbraun aufbacken. Etwas auskühlen lassen und aufschneiden.



Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem kleinen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anschwitzen, dann mit den **passierten Tomaten** ablöschen und 2EL Ketchup unterrühren. Die **Sauce** ca. 5Min. sanft köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Je 1½ EL Olivenöl, Essig und Wasser verrühren und das **Dressing** mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die **½ der Lauchzwiebeln** unterrühren.



Die **Hackbällchen** in eine Auflaufform geben, mit der **Tomatensauce** übergießen und mit dem **Käse** bestreuen. Die **Tomatenwürfel** um die **Hackbällchen** verteilen, dann im Ofen 12-15Min. backen, bis die **Hackbällchen** gar sind.



Die **Brötchen** mit etwas **Salat**, den **restlichen Lauchzwiebeln** und den **Hackbällchen samt Sauce** füllen. Den **übrigen Salat** mit dem **Dressing** mischen und zu den **Hackbällchensandwiches** servieren.