MARLEY SPOON

Korma-Rindfleischbällchen mit Mandeln

auf Naturreis und cremigem Kürbispüree

ca. 40min 3-4 Personen

Ein seidiges Kürbispüree ist immer eine deliziöse Grundlage für alles, was noch kommen mag. In diesem Fall sind das wunderbar duftende Fleischbällchen, die mit milder Kormapaste zubereitet werden und auf einem kernigen Naturreisbett sitzen. Eine Sauce aus frischen Tomaten und Currygewürzen sorgt dafür, dass diese Mahlzeit garantiert keine trockene Angelegenheit wird.

Was du von uns bekommst

- 2 Hokkaidokürbisse
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Tomaten
- 2 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 2 Zwiebeln
- 2 Packungen Rinderhackfleisch
- 2 Packungen Korma-Currypaste
- 50g Mandelblättchen [15]
- 300g Express-Naturreis
- 2 Becher Joghurt [7]

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei [3]
- 2EL Butter [7]
- 3TL Weizenmehl [1]
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- kleiner Topf
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene
Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion
Energie 862kcal, Fett 37.2g, Kohlenhydrate 92.1g, Eiweiß 37.0g

1. Tomaten pürieren

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kürbisse** zum Kochen bringen. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Tomaten** grob würfeln und in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren.

2. Hackfleisch vermengen

Die **Kürbisse samt Schale** halbieren, mit einem Löffel entkernen und in 1–2cm große Würfel schneiden. Mit dem **Brühgewürz** in das kochende Wasser geben und in 10–12Min. weich kochen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. Das **Hackfleisch** mit der **1/2 der Zwiebeln**, **3/4 der Currypaste**, 1 Ei, 3TL Mehl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen.

3. Sauce zubereiten

Die **restlichen Zwiebeln** in einem kleinen Topf mit 2EL Butter bei mittlerer bis starker Hitze 2–3Min. anbraten. Die **restliche Currypaste** und den **Knoblauch** hinzufügen und ca. 30Sek. mitbraten. Mit dem **Tomatenpüree** und 150ml Wasser ablöschen und bei niedriger Hitze 10–15Min. köcheln. In einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser aufkochen.

4. Hackbällchen backen

Das **Hackfleisch** mit feuchten Händen zu ca. **12 golfballgroßen Bällchen** formen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech ca. 15Min. im Ofen backen, bis sie goldbraun und gar sind. Die **Mandelblättchen** in den letzten 2–3Min. der Garzeit auf dem Backblech verteilen und mitrösten.

5. Reis kochen

Den **Reis** in das kochende Wasser geben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 8–10Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.

6. Püree zubereiten

Den **Kürbis** in ein Sieb abgießen und mit dem **Joghurt** sowie je 1TL Salz und Pfeffer mit einem Stabmixer cremig pürieren. Das **Püree** auf Teller verteilen, den **Reis** und die **Hackbällchen** darauf anrichten und mit der **Sauce** beträufeln. Mit den **Mandelblättchen** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**