WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleischbällchen in Tomatensauce

Zutaten (für 4 Personen):



500 g Putenhackfleisch
20 g Pinienkerne
2 EL Paniermehl
Petersilie
1 Ei
1 TL geräucherte Paprika
5 Knoblauchzehen
Salz und Pfeffer
1 Zwiebel
3 EL Olivenöl
800 ml passierte Tomaten
2 TL Thymian
1 TL Zucker
Chili
2 Lorbeerblätter
1 Baguette

Nährwerte:

Pro Portion ca. 607 kcal, 23 g Fett, 57 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

60 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleischbällchen in Tomatensauce

Zubereitung:

1. Als erstes die Pinienkerne ohne Öl anrösten und hacken.



2. Dann das Putenhackfleisch mit Pinienkernen, Paniermehl, gehackter Petersilie, Ei, Paprikapulver, 2 gepressten Knoblauchzehen und etwas Salz und Pfeffer verkneten.



3. Anschließend aus der Masse die Putenhackfleischbällchen formen und in 2 EL Öl von allen Seiten anbraten…

Putenhackfleischbällchen in Tomatensauce



4. …bis sie schön goldbraun sind. Kurz zur Seite stellen.



5. Zwiebel und 3 Knoblauchzehen schälen und fein hacken. In der gleichen Pfanne in 1 El Öl glasig anschwitzen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleischbällchen in Tomatensauce

6. Mit passierten Tomaten, Thymian, Zucker, Chili, Lorbeerblättern und einer Prise Salz und Pfeffer circa 20 Minuten köcheln lassen.



7. Zum Schluss die Putenhackfleischbällchen wieder dazugeben und weitere 7 bis 10 Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen.



8. Albóndigas anrichten und mit dem Baguette genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleischbällchen in Tomatensauce



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**