



KOCHMOMENTE

DEINE KOCHSCHULE.

Rezept TELEGRAPH #47

Rinder-Lamm-Hackbällchen mit geröstete Salsa Tatemada und Humus

Zutaten: Rinder-Lamm-Hackbällchen:

300 g Rinderhackfleisch, 300 g Lamm Hackfleisch, 1 geschälte Zwiebel, ein Ei verquirlt, 50 g Paniermehl, Salz, Pfeffer, 1 Zweig Thymian

Zutaten: Geröstete Salsa Tatemada

4 große Tomaten, 2 Jalapeño-Chilis, 1 weiße Zwiebel, 3 Knoblauchzehen
1 Bund frischer Koriander, 1 Limette, Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zutaten: Schnelles Humus

1 Dose = ~265 g Kichererbsen vorgekocht (plus Flüssigkeit), 2 Knoblauchzehen, 1 TL gem. Kreuzkümmel, 1 TL Raz hal nout, 1 EL Olivenöl, 50 bis 75 g Tahini (Sesampaste), 1-2 EL Zitronensaft, Salz & Pfeffer

Zubereitung: Rinder-Lamm-Hackbällchen

Backofen auf 160 Grad Ober / Unterhitze stellen.

Die Zwiebel schälen und auf einer Reibe fein reiben und gut ausdrücken. Anschließend das Ei und die Semmelbrösel zum Hackfleisch geben, gut salzen und pfeffern und alles miteinander vermengen.

Thymian zupfen fein hacken und unter die Hackfleischmasse mischen.

Die Hackfleischmasse zu gleichmäßigen Kugeln formen (Golfball). Die Bällchen auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech setzen und für ca. 20 min. im Ofen garen.

Zubereitung: Geröstete Salsa Tatemada

Die Tomaten, Jalapeños, Zwiebel und den Knoblauchzehen waschen und trocken tupfen.

Eine gusseiserne Pfanne oder Grillpfanne auf mittlerer bis hoher Hitze erhitzen.

Die Tomaten, Jalapeños, Zwiebel und den Knoblauch in die heiße Pfanne legen. Kein Öl hinzufügen, da die Zutaten trocken geröstet werden sollen.

Die Zutaten regelmäßig wenden, bis sie von allen Seiten gut geröstet sind. Die Tomaten sollten Blasen werfen und die Haut sollte schwarz werden. Die Jalapeños sollten ebenfalls Blasen werfen und die Zwiebel sollte weich und leicht verkohlt sein. Der Knoblauch sollte weich und duftend sein.

Die gerösteten Zutaten aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen.

Die Haut der Tomaten und Jalapeños vorsichtig abziehen.

Die gerösteten Zutaten grob hacken und in einen Mixer oder eine Küchenmaschine geben.

Den Saft einer Limette, eine Prise Salz und Pfeffer sowie einen Schuss Olivenöl hinzufügen.

Alles zu einer groben Salsa pürieren. Die Konsistenz sollte stückig bleiben.

Den Koriander waschen, trocken und grob hacken. Zur Salsa hinzufügen und mit einem Löffel

unterrühren. Die Salsa abschmecken und bei Bedarf mehr Salz, Pfeffer oder Limettensaft hinzufügen.

Zubereitung: Schnelles Humus

Die Dose öffnen und die Flüssigkeit auffangen. In ein hohes Gefäß das Olivenöl geben und die fein gehackte Knoblauchzehe dazugeben. Einige Kichererbsen für später zur Deko beiseitelegen. Die restlichen Kichererbsen, Tahini und die Gewürze mit der Hälfte der Flüssigkeit dazugeben und mit dem Küchenmixer glatt pürieren. Wenn die Paste zu dick ist, etwas von der Flüssigkeit nachfüllen. Mit Zitronensaft, Salz & Pfeffer abschmecken.

Guten Appetit !!