



Hackbällchen "orientalisch"

Zutaten

- 240 g Frühlingszwiebeln
- 60 g Erdnüsse
- 60 g Cashewkerne
- 3 Beutel MAGGI Fix für Hackbraten
- 300 ml Wasser
- 1500 g Hackfleisch
- 120 g Rosinen
- etwas Chilipulver
- 2 TL Zimt
- 3 TL Ingwerpulver
- 3 TL Kreuzkümmel
- 6 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 60 g Honig

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne ohne Fett Erdnüsse und Cashewkerne goldgelb rösten, herausnehmen und hacken.
3. MAGGI Fix für Hackbraten in Wasser einrühren und mit Hackfleisch vermengen. Gehackte Nüsse, Frühlingszwiebeln und Rosinen ebenfalls zum Hackfleisch geben. Mit Chilipulver, Zimt, Ingwer und Kreuzkümmel würzen und abschmecken. Aus der Fleischmasse 60 Hackbällchen formen.
4. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und die Hackbällchen darin portionsweise von allen Seiten goldbraun braten. Anschließend in eine Auflaufform geben und im Backofen 5 Min. fertig backen. Vor dem Servieren mit Honig bestreichen. Zu den orientalischen Hackbällchen passt ein Dip aus Joghurt, Salz, Zitronensaft und Kreuzkümmel.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	5 g
Energie	103 kcal
Fett	6 g
Protein	6 g

🕒 45 Minuten

⊕ 60 Stück