



Hackbällchen mit Gemüse

Zutaten

- 90 g Möhren
- 200 g Porree
- 400 g Hackfleisch, gemischt
- 1 Ei(er)
- 3 EL Paniermehl
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 200 ml Wasser
- 100 ml Schlagsahne
- 1 Beutel MAGGI Food Travel Fix für Köttbullar
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Möhre putzen, schälen, waschen und in Scheiben schneiden. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden.
2. Hackfleisch mit Ei und Paniermehl mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und daraus 15 Hackbällchen formen.
3. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hackbällchen darin ca. 6 Min. anbraten. Gemüse zugeben und kurz mitbraten.
4. Wasser und Sahne zugießen, MAGGI Food Travel Fix für Köttbullar einrühren und zum Kochen bringen. Bei geringer Wärmezufuhr ca. 5 Min. kochen, dabei gelegentlich umrühren. Dazu passt ein grüner Salat.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	20 g
Energie	595 kcal
Fett	43 g
Protein	32 g

🕒 30 Minuten

⊕ 3 Portionen