

## Hackbällchen in Tomaten-Oliven-Sauce

---

Zeit: 45 min. Portionen: 3 Rezeptnr.: 0153

---

### Zutaten:

Parniermehl oder 2 Scheiben  
Baguettebrot (60 g)  
500 g Rinderhackfleisch  
2 EL gehackte Petersilie  
2 Eiergröße S  
2 Zwiebeln  
Salz, schwarzer Pfeffer  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Olivenöl  
2 kleine Dosen gehackte  
Tomaten (800 g)  
6 EL trockner Rotwein  
2 TL getrockneter Thymian  
10 entsteinte schwarze Oliven



### Zubereitung:

Für die Hackbällchen das Brot entrinden, in Würfel schneiden und mit den Fingern fein zerkrümeln. Das Brot mit dem Hackfleisch und der Petersilie in eine Schüssel geben, 1 Zwiebel schälen und auf der feinen Gemüsereibe dazureiben.

Das Ei in einem Schüsselchen mit einer Gabel verquirlen und zum Fleisch geben. Salz und Pfeffer zufügen und alles zu einem Teig verkneten. Aus je 1 gehäuften TL Hackbällchenmasse Bällchen formen.

Die zweite Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne gut erhitzen und die Fleischbällchen darin rundum leicht braun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Für die Sauce die Zwiebel- und Knoblauchwürfel im Bratfett in der Pfanne glasig dünsten. Die Tomaten mit Saft und Wein unterrühren, kräftig aufkochen und zugedeckt 3 Min. sanft köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken. Die Oliven klein schneiden und unterrühren.

Die Hackbällchen vorsichtig unter die Sauce heben. Zugedeckt bei schwacher Hitze in 15 Min. fertig garen, dabei gelegentlich wenden.

Beilage: Nudeln oder Reis

---

### Hackbällchen in Tomaten-Oliven-Sauce