

## Albondigas



- **Küche:** Spanisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Mittel
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Die beliebten spanische „Gaumenkitzler“ Albondigas sind unverzichtbar auf jedem spanischen Tapas Buffet. Aber nicht nur als „Tapas - Snack“ gedacht sondern auch für eine abwechslungsreiche Alltagsküche geeignet.

### Zutaten

- Für die Albondigas:
- 350 g Rindsgehacktes
- 1 El Pinienkerne, grob gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt, mit Salz gerieben

- 1 ganzes Ei
- 1 Scheibe Toastbrot
- Für die Tomatensoße:
- 1 mittelgroße Zwiebel in Würfeln
- 1 El gehackte Petersilie
- 1 Zweig Thymian, gezupft, gehackt
- 2 El Tomatenmark
- 1 - 2 große Tomaten in kleinen Würfeln
- 1 kleine, rote Paprikaschote in kleinen Würfeln
- 100 ml Fleisch - oder Gemüsebrühe
- 50 ml trockener Weißwein
- 1 - 2 El Öl zum Braten
- Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, 1 Strich Muskatnuss

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Albondigas :

### Schritt2

Das entrindete Toastbrot in Wasser einweichen, danach ausdrücken und mit den gebröckelten Rinderhackfleisch, dem Ei, Knoblauch, gehackten Pinienkernen, Muskatnuss, Salz und Pfeffer glatt verarbeiten.

### Schritt3

Zu kleinen Klößchen formen (40 -50 g)und etwas mit Mehl bestäuben. In einer Stielpfanne in heißem Öl 2 - 3 min. rundherum heraus braten, Farbe nehmen lassen.

### Schritt4

Die Tomaten - Kräutersoße:

### Schritt5

Die Zwiebeln und die Paprikawürfel in Öl glasig anschwitzen und das Tomatenmark einrühren. Mit dem Weißwein und der Brühe aufgießen, 2 - 3 min. leise köcheln lassen. Salzen, pfeffern und die Klößchen, Thymian und Petersilie dazu geben, ca. 5 min. weiter leise köcheln lassen, nachschmecken. Zuletzt die Tomatenwürfel dazu geben, nur kurz erhitzen.

### Schritt6

Anrichtevorschlag:

### Schritt7

Die Albondigas eignen sich als Fingerfood oder zum Glas Wein, in der Soße in kleinen Portionen anrichten, oder auch als tägliche Mahlzeit für jeden Tag, mit Reis oder Kartoffelpüree und ev. einem knackigen Blattsalat zu Tisch geben.

**Rezeptart:** Fingerfood **Tags:** einfach, preiswert, schnell, tapas

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/albondigas/>