

## Hackbällchen in Rosenkohl Kartoffel Soße

Personen: 4

Zeit: 30 Minuten



### ZUTATEN:

- Für die Hackbällchen:
- 500 g Hackfleisch (nach Wahl: Rind, Schwein oder gemischt)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Salz, Pfeffer
- Paprikapulver
- 1 TL italienische Kräuter
- 1 EL Tomatenmark
- 2 EL Semmelbrösel
- 1 Ei
- Butterschmalz zum Anbraten

Für das Gemüse und die Soße:

- 300 g Rosenkohl
- 300 g Kartoffeln
- 3 Karotten
- 1 Zwiebel
- 2 EL Tomatenmark
- 300 ml passierte Tomaten
- 200 ml Gemüsebrühe
- 1 EL italienische Kräuter
- Salz, Pfeffer

### ZUBEREITUNG:

1. **Hackbällchen vorbereiten:** Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Mit dem Hackfleisch, Tomatenmark, Semmelbröseln, Ei, Kräutern, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen. Kleine Bällchen formen und in Butterschmalz rundum goldbraun anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
2. **Gemüse vorbereiten:** Rosenkohl putzen und halbieren, Kartoffeln schälen und würfeln, Karotten auch in Würfel schneiden. Rosenkohl und Kartoffeln kurz vorkochen (etwa 5 Minuten), dann abgießen.
3. **Soße zubereiten:** In der gleichen Pfanne erneut etwas Butterschmalz erhitzen, Zwiebeln glasig anbraten, Karotten hinzufügen und kurz mit rösten. Dann den Rosenkohl und die Kartoffeln zugeben und alles kurz anbraten.
4. Tomatenmark einrühren, mit passierten Tomaten und Brühe ablöschen.
5. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen.
6. Alles etwa 10 Minuten köcheln lassen. Dann die Hackbällchen zurück in den Topf geben und kurz mitziehen lassen, bis alles schön sämig ist. Noch einmal abschmecken – fertig!