



Russische Fleischklöße „Tefteli“



EUROPA

Zutaten für 4 Personen:

70 g Reis,
700 g Hackfleisch (gemischt),
3 Zwiebeln,
2 Möhren,
200 ml Gemüsebrühe,
1 TL Speisestärke,
etwas Tomatenmark,
Öl zum Anbraten
Salz und Pfeffer





Zubereitung

Den Reis in etwas Salzwasser vorkochen und kalt stellen.

Die Hälfte der Zwiebeln in der Küchenmaschine klein hacken und mit Hackfleisch und Reis verkneten.
Mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Masse kleine Fleischklößchen formen und in einer erhitzten Pfanne mit Öl anbraten.

Die restlichen Zwiebeln und die Möhren fein würfeln und in einem Topf mit etwas Öl bei mittlerer Hitze anschwitzen.

Die Speisestärke in die kalte Gemüsebrühe mit einem Schneebesen einrühren und anschließend Tomatenmark dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Brühe erhitzen und die Fleischklöße hineingeben, für ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze gar ziehen lassen.

Als Beilage passen Kartoffelpüree oder Nudeln.

Guten Appetit!

