

Fleischbällchen-Pfanne Teriyaki Style

Für 2 Personen:

400 g gemischtes Hackfleisch	1 Ei	2 EL Paniermehl
1 Msp. Gewürzsalz	2-3 EL Bratöl Butter	1/2 rote Zwiebel
1 rote Chilischote	1 Knoblauchzehe	200 g Pimientos
1/2 Gurke	100 ml Teriyaki-Sauce	2 EL Crème-fraîche

Hackfleisch mit dem Ei und dem Paniermehl in eine Schüssel geben und gut vermengen. Großzügig mit Gewürzsalz und Hackfleisch Gewürz würzen, nochmals gut vermengen und das Hackfleisch mit feuchten Händen zu Bällchen formen.

Hackbällchen in heißem Bratöl ca. 5 Minuten von allen Seiten scharf anbraten.

In der Zwischenzeit Zwiebel in dünne Streifen und Chilischote mit Kernen in dünne Ringe schneiden.

Knoblauch fein hacken.

Pimientos, Zwiebel, Chili und Knoblauch zu den Hackbällchen in die Pfanne geben. Alles gut vermengen und bei niedriger Hitze ca. 10 Minuten zusammen braten Währenddessen die Gurke längs vierteln und entkernen.

Die Gurkenviertel schräg in dünne Stücke schneiden.

Zwischendurch die Pimientos z.B. mit einer Gabel einstechen.

Die Gurke ebenfalls zu den Hackbällchen in die Pfanne geben und vermengen. Teriyaki Sauce über den Hackbällchen verteilen und unter Schwenken Hackbällchen, Pimientos und Gurke in der Teriyaki Sauce glasieren. Hackbällchen vor dem Servieren mit Crème fraîche beklecksen.

Steffen Henssler am 13. Juli 2023