Geschmorte Hackbällchen in Tomatensauce
Lahma Mafruma Bi-s-Salsa

Geschmorte Hackbällchen in Tomatensauce (Lahma Mafruma Bi-s-Salsa) ist ein Gericht aus Saudi-Arabien. Diese Hackbällchen sind saftig und aromatisch, da sie mit einer Mischung aus Gewürzen wie Kreuzkümmel, Kardamom, Muskant und Zimt zubereitet werden.
Der Geschmack ist herzhaft und würzig, mit einer leichten Süße von den Tomaten und einer angenehmen Schärfe. Die Tomatensauce ist reichhaltig und fruchtig, was perfekt zu den zarten Hackbällchen passt. Oft wird das Gericht mit Reis oder Fladenbrot serviert, um die köstliche Sauce aufzunehmen.

Herkunft: Saudi-Arabien
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
100 g Hammel oder Schaf
750 g Lammhack
2 TL Rosenpaprika
1 TL Zitronenschale, gerieben
½ TL Muskatnuss
½ TL Kardamom, grün gemahlen
¼ TL Kreuzkümmel
1 Prise Zimt
1 TL Cayennepfeffer
1 Prise Pfeffer schwarz
1 Prise Salz
2 EL Butterschmalz
500 g Tomate(n)
3 EL Tomatenmark
300 g Reis

Vorbereitung
Die Tomaten sehr fein hacken, die Muskatnuss mit einer Raspel reiben. Den Reis kochen.

Zubereitung
Den Steiß in sehr kleine Würfel schneiden, in eine Pfanne geben und langsam erhitzen. Dabei so lange rühren, bis das Fett zerlassen ist und vom Feuer nehmen. Das Hackfleisch, die Gewürze und das Salz vermengen und daraus kleine, feste Bällchen formen. In der Pfanne kurz von allen Seiten anbraten. 2 EL Butterfett in einem Topf erhitzen. Die Tomaten in das Butterfett geben und darin unter ständigem Rühren ca. 5 Minuten schmoren. Das Tomatenmark in ¾ Liter Wasser verrühren und darüber gießen. Die Fleischbällchen mit dem restlichen Fett in die Sauce geben. Den Deckel halb aufsetzen und alles auf kleiner Flamme etwa 20 Minuten schmoren lassen. Den Reis auf einer Platte anrichten und die Fleischbällchen mit der Sauce darüber gießen. Sofort servieren und Joghurt dazureichen.

© 2026 coquina.de