Würzige Rindfleischbällchen auf Auberginenpüree
Albondigas con berenjas

Auf Ladino, einem spanischen Dialekt aus dem 15. Jahrhundert, gesprochen von sephardischen Juden, sind Albondigas kleine, mit viel schwarzem Pfeffer gewürzte Fleischbällchen. Hier werden sie gebraten und mit Püree aus gebratenen Auberginen überbacken.

Herkunft: Spanien
Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rinderhackfleisch
1 Zwiebel(n)
1 Ei(er)
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
1 Prise Weizenmehl zum Bestäuben
90 ml Maisöl

Für das Auberginenpüree

3 Aubergine(n)
1 Prise Zucker nach Geschmack
3 Zehen(n) Knoblauch
1 Prise Pfeffer schwarz
1 TL Mandeln gemahlen

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und fein hacken, das Ei aufschlagen und verquirlen. Die Knoblauchzehen für die Auberginen schälen und fein hacken.

Zubereitung

Für die Fleischbällchen

Den Backofen auf 200°C, Gas Stufe 6, vorheizen. Das Fleisch, die Zwiebel, die Semmelbrösel, Ei, Salz und viel frisch gemahlenen schwarzen Pfeffer gut durchmischen. Pflaumengroße Bällchen formen.

Wenn man sie sehr knusprig möchte, wälzt man die Fleischbällchen in Mehl. Erhitzen Sie das Öl in einer tiefen Pfanne und braten Sie die Bällchen auf allen Seiten braun. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in eine Schüssel legen. Bewahren Sie das Bratfett in der Pfanne auf.

Für das Püree

Grillen oder rösten Sie die Auberginen über offener Flamme oder auf dem Grill, bis sie weich sind. Abkühlen lassen, bis man sie anfassen kann, dann schälen und klein schneiden. Geben Sie nach Wunsch etwas Zucker dazu. Füllen Sie das Auberginenmus in die Pfanne mit dem Bratfett der Fleischbällchen und erhitzen Sie das Püree bei mittlerer Hitze unter ständigem Umrühren. Das Mus mit einem Holzlöffel vom Boden lösen, damit es nicht anbrennt. Würzen Sie mit Knoblauch, Salz und viel frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer. Kurz aufkochen lassen und vom Herd

© 2026 coquina.de

nehmen.
Das Auberginenmus in eine tiefe feuerfeste Form legen Sie die Fleischbällchen obenauf. Drücken Sie sie leicht in das Gemüse und gießen Sie den in der Schüssel verbliebenen Saft der Fleischbällchen über das Gericht. Streuen Sie ein paar gemahlene Mandeln darüber und backen Sie das Gericht 30 Minuten im Ofen. Warm oder lauwarm mit frischem Brot servieren.

© 2026 coquina.de