Hackfleischbällchen in Sesamsauce
Kabab ma' Tahina

Diese Koftas (arabische Fleischbällchen, normalerweise länglich und gegrillt) werden mit Zimt, Cayennepfeffer, Knoblauch, Zwiebeln und viel Petersilie gewürzt. Sie werden in einem heißen Ofen gebräunt. Eine schnelle Tahini-Zitronen-Sauce wird darüber gegossen, die sprudelnd und dickflüssig wird.

Herkunft: Libanon
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 25 Minuten
Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Lammhack
3 Zwiebel(n)
1 Bund Petersilie
3 Pimentkörner gemahlen
1 Prise Zimt
1 Prise Cayennepfeffer
1 Prise Salz
100 g Paniermehl
2 EL Öl
8 Kartoffel(n)
4 Paprika rot
100 g Sesampaste
1 Zitrone(n) ausgepresst

Vorbereitung

Zwiebeln und Petersilie fein hacken. Das Hackfleisch in eine große Schüssel geben. Gewürze und Salz dazugeben und alles mit etwas Paniermehl gut verkneten. Aus der Masse kleine ovale Bällchen formen. Die Kartoffeln schälen, ganz lassen.

Zubereitung

Eine flache, feuerfeste Form mit dem Olivenöl ausfetten, und die Bällchen hineinlegen. Die Kartoffeln ebenfalls in die Form legen. Im vorgeheizten Ofen bei 250° C 30 Minuten backen. In der Zwischenzeit die Paprikaschoten halbieren, Stengel und Kerne entfernen. Die Form aus dem Ofen nehmen und die Paprikahälften hineingeben. Sesampaste mit dem Zitronensaft und ½ l Wasser verrühren und über die Fleischbällchen und das Gemüse gießen. Erneut in den Ofen schieben und noch 20 Minuten weiterbacken. Heiß servieren.

© 2026 coquina.de