

Linse**n**bällchen in Tomatensauce

Bio Kochbox KW 36



Linsenbällchen in Tomatensauce



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 150 g rote Linsen
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Paniermehl
- 1 TL Kreuzkümmel
- 400 g Cubetti

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 1 EL Olivenöl

Zubereitung:

Linsen 10–12 Min. weichkochen dann abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch pellen und kleinhacken. Linsen, Zwiebel, Knoblauch, Paniermehl und Gewürze vermengen. Aus der Masse kleine Bällchen formen und in einer Pfanne anbraten. Cubetti mit Olivenöl erhitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Bällchen darin servieren.