



# Tapas-Teller – Patatas Bravas mit Albóndigas und Pimientos de Padrón



Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, festkochend	1 kg
Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Hackfleisch, gemischt	400 g
Eier	1 St.
Paniermehl	3 EL
Rosenpaprika	1 TL
Öl	10 EL
Chili, gemahlen	0.5 TL
Zucker	
Tomaten, gehackt	400 g
Essig	1 EL
Bratpaprika, grün, Grill und Back	400 g

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und ca. 15 Min. weich garen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Knoblauch schälen und hacken. In einer Schüssel die Hälfte des Knoblauchs mit Hackfleisch, Ei, Paniermehl, Salz und 0,5 TL Paprika vermengen. Aus der Masse kleine Fleischbällchen formen.
3. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Fleischbällchen darin ca. 5 Min. rundherum anbraten. Albóndigas aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. In der Pfanne erneut 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebel mit Knoblauch ca. 2 Min. anbraten. Mit Salz, Paprika, Chili und Zucker würzen und mit gehackten Tomaten und Essig ablöschen. Tomatensauce köcheln lassen. Nach ca. 5 Min. Albóndigas zugeben und auf niedriger Stufe köcheln.
4. Kartoffel in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. In einer weiteren Pfanne 6 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und die Kartoffelwürfel ca. 10 Min. kross anbraten. Kartoffeln aus der Pfanne nehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz und Paprika würzen.
5. Pfanne erneut mit 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Bratpaprika im heißen Öl ca. 4 Min. braten, bis die Schale blasen wirft. Mit Salz bestreuen.
6. Patatas Bravas mit Albóndigos und Pimientos de Padrón auf einem Teller verteilen und Tapas Teller servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	713 kcal
Kohlenhydrate	59 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	42 g