



## LAMMHACKBÄLLCHEN

### Salatmix & Harissa-Joghurt

- Zutaten bereitstellen • Wasser aufkochen**
- Große Bratpfanne, mittlere Hitze**
- Großer Topf mit Deckel, mittlere bis starke Hitze**

#### LOS GEHT'S

Das Lammhack in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer und Garam Masala würzen und sorgfältig vermengen • Die Masse vierteln, mit befeuchteten Händen zu jeweils vier Bällchen formen, in der heißen Pfanne in 1 Esslöffel Olivenöl braten • Regelmäßig wenden, bis sie rundherum kräftig gebräunt sind • Den Safran in einer Tasse in etwas kochendem Wasser einweichen

Chilischote und geputzte Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, Korianderstiele (Blätter zur Seite legen) fein hacken und mit 1 Esslöffel Olivenöl in den Topf geben • Den Knoblauch ungeschält hineinpressen und alles zusammen 40 Sekunden anschwitzen • Den Safran samt Flüssigkeit, den Lorbeer, die abgetropften Kichererbsen und die passierten Tomaten zugeben und zugedeckt zum Kochen bringen • In einer Schale Harissa und Joghurt grob verrühren

Sämtliche Zutaten für den Salat auf einem Brett grob würfeln und mischen und mit nativem Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer anmachen • Falls nötig, die Tomatensauce mit etwas Wasser verdünnen, über die Fleischbällchen in die Pfanne gießen und abschmecken • Die Tortillas in der Mikrowelle (800 W) 45 Sekunden aufbacken • Fleischbällchen und Salat mit Koriandergrün garnieren und mit Orangenspalten servieren

#### Fleischbällchen

400 g mageres Lammhack  
1 geh. TL Garam Masala  
Olivenöl  
1 Prise Safran  
½–1 frische rote Chilischote  
2 Frühlingszwiebeln  
½ Bund Koriandergrün  
2 Knoblauchzehen  
3 frische Lorbeerblätter  
1 Dose (400 g) Kichererbsen  
350 g passierte Tomaten

#### Zum Servieren

1 geh. TL Harissa (Gewürzpaste)  
4 geh. EL Magermilchjoghurt  
8 kleine Vollkorn-Weizentortillas  
1 Orange

#### Salat

½ Salatgurke  
2 Romanasalatherzen  
1 Bund Radieschen  
2 reife Tomaten  
1 EL natives Olivenöl extra  
Saft von 1 Zitrone