



Gesamt: 50min
Zubereitung: 10min



5 Portion/en



einfach

HILFSMITTEL, DIE DU BENÖTIGST:

Varoma
Gareinsatz
Spatel

Zutaten

Varomainhalt

500 g Hackfleisch
1 Zwiebel, halbiert
1 Knobzehe
1 TL Salz
1/2 TL Paprika edelsüß
3-4 Hübe Pfeffer
1 Ei
40 g Semmelbrösel (kann aus einem alten Brötchen hergestellt werden)
500 g Möhren geschält und in Scheiben
300 g Erbsen TK

Reis

300 g Reis
1000 g heißes Wasser
1 TL Salz

Sauce

1 Zwiebel halbiert
1 Knobzehe
15 g Öl
370 g Garflüssigkeit
200 g Milch 1,5%
1 Würfel Fleischbrühe
1/2 TL Salz
2 Prisen Muskat
2 Hübe Pfeffer
100 g Sahneschmelzkäse
30 g Mehl
1-2 EL Petersilie TK

Zubereitung

Hackbällchen

Möhren und Erbsen in den Varoma geben.

Zwiebel und Knobi in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** hacken.

Restliche Zutaten für den Varoma in den Mixtopf geben und **30 Sek.**  **"Linkslauf" /Stufe 4** mit Hilfe des Spatels verarbeiten.

24 Hackbällchen formen und in den mit Backpapier ausgelegten Einlegeboden geben (seitlichen Garschlitz frei lassen).

Mixtopf kurz mit heißem Wasser auf Stufe 6 ausspülen.

Heißes Wasser für den Reis und das Salz in den Mixtopf füllen, Garkörbchen einhängen und den Reis einwiegen. Varoma mit dem Einlegeboden aufsetzen und **30 Min./Varoma/Stufe 1** garen.

Varoma und Reis warm halten (geht gut mit einem Geschirrtuch). Garflüssigkeit auffangen!!!

Sauce

Zwiebel und Knobi **7 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

Öl dazu und **2 Min./Varoma/Stufe 1** dünsten

Die restlichen Saucenzutaten (außer Petersilie) dazugeben und kurz auf **Stufe 4** verrühren. Anschließend **5 Min./90°/Stufe 3** kochen.

Zum Schluß die Petersilie kurz unterrühren.

Hackbällchen, Gemüse und Sauce in einer Schüssel miteinander vermischen. Mit dem Reis auf Tellern anrichten.

Guten Appetit!!