



Soutzoukákia Smyrnéika – Hackfleischröllchen in Tomatensoße

Ein Rezept von Nadia-Alexia Challah

Dieses Rezept stammt von den geflüchteten Griechen aus Smyrna (heutigem Izmir). Soutzouk heißt auf Türkisch „Würstchen“ und das Gericht letztendlich „Würstchen aus Smyrna“. Typisch ist ihre Form (nicht rund, sondern wie kleine Würstchen) und dass diese in der Tomatensoße fertiggekocht werden.

Zutaten (für vier Portionen)

500 g Rinderhack (es gehen auch Schwein, Lamm oder gemischt)
100 g Weißbrot vom Vortag
2-3 geriebene Knoblauchzehen
1 Ei
1 EL Essig
1 TL gemahlene Kreuzkümmel (Cumin)
1/2 TL Piment gemahlen
50 ml Olivenöl oder anderes Pflanzenöl zum Braten
etwas Mehl

Für die Soße:

1 Zwiebel
1-2 geriebene Knoblauchzehen
ca. 600 g passierte oder gehackte Tomaten
1 EL Tomatenmark
1 TL gemahlene Kreuzkümmel (Cumin)
1 Zimtstange
1 TL Zucker
1 Lorbeerblatt
Olivenöl
Meersalz & frisch gemahlene Pfeffer (optional noch etwas Cayennepfeffer)

Dazu passt:

traditionell Reis, aber auch sehr gut Kartoffelpüree, Kartoffeln oder Pasta

Zubereitung

Das Weißbrot in etwas Wasser legen und vollsaugen lassen.

Für die Tomatensoße die Zwiebel fein hacken und mit dem Knoblauch, Tomatenmark und dem Zucker in einer tiefen Pfanne in Olivenöl glasig anbraten. Anschließend die passierten Tomaten, das Lorbeerblatt, die Zimtstange und den Kreuzkümmel hinzufügen. Während die Soße schwach köchelt, können die Soutzoukákia vorbereitet werden. Insgesamt sollte die Tomatensoße mindestens 30 Minuten leicht köcheln.

Den Knoblauch mit dem Hackfleisch vermengen. Das eingeweichte Weißbrot ausdrücken und zum Fleisch geben. Ei, Gewürze und Essig ebenfalls dazugeben und die Masse gut kneten, salzen und pfeffern.



Idealerweise das Fleisch mindestens eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen, so dass sich die Aromen entfalten können. Anschließend kleine längliche Röllchen formen und leicht in Mehl wenden. In einer beschichteten Pfanne die Soutzoukákia in Olivenöl von allen Seiten kurz anbraten (etwas zwei bis drei Minuten), nicht durchbraten.

Anschließend die Soutzoukákia vorsichtig in die Tomatensoße legen und für circa zehn Minuten mitköcheln lassen. Zum Schluss die Soße mit Salz, Pfeffer und gegebenenfalls etwas Cayennepfeffer (wer es schärfer mag) abschmecken.

Kalí Órexi ! (Guten Appetit !)