



Das Ami-Kochbuch... mit Fleischbällchen (8 Personen)

Eine meiner frühesten und schönsten Erinnerungen an die damalige Zeit (ich war wohl so 5 Jahre alt) ist das Aufwachen an den Sonntagen. Von meinem Schlafzimmer konnte ich Mama in der Küche hören, und die Düfte der Vorbereitung des Sonntagsessens krochen in meine Nase. Warme, freundliche Düfte von Oregano, Romano-Käse, Olivenöl und Fenchel.

Nach dem Frühstück (das bestand aus einer großen Tasse Milchkaffee mit viel Zucker und

Spaghetti & Meatballs (Die Italo Amis)

Geschrieben von: Thomas

großen italienischen Butterbrotsscheiben) saß ich dann am Tisch und formte Fleischbällchen, die Mama dann in Olivenöl gebraten hat.

30 Jahre später - das Brutzeln und der Duft der Fleischbällchen immer noch in Erinnerung - kam ich nach Italien und versuchte in vielen Restaurants "Spaghetti mit Meat Balls" zu bestellen, und das bestimmt in mehr als einem Dutzend Städten. Und was habe ich da erfahren? - Dieses Gericht ist, obwohl beeinflusst durch die neapolitanische "Polpetta", 100% amerikanisch! Versuche es, vor allem, wenn Du für Kinder kochst - sie werden es lieben, und Du auch!

Das Rezept ist von meiner Tochter, die aus der zweiten Italo-Americano-Generation stammt und dieses Rezept von Ihrer "Nanny" (das ist meine Mutter) gelernt hat.

Vermische gut mit den Händen in einer großen Schüssel:

- 450g Hackfleisch
- Semmelbrösel (oder ein Brötchen in Wasser aufgeweicht und mit den Händen ausgedrückt)
- Oregano und Basilikum (genug, damit die Klößchen schöne grüne Farbtupfer haben)
- 1-3 Knoblauchzehen - zerdrückt oder fein gehackt
- Salz und Pfeffer
- 2 Eier
- 1 Schuß Dosenmilch

Daraus forme dann Bällchen in der Größe eines Golfballes (oder eines Eies) und brate diese gut in

- Olivenöl

Außen sollten sie schön knusprig sein, aber innen noch nicht ganz durchgebraten. Die fertigen Klößchen einstweilen beiseite stellen. In einem tiefen Topf bringe dann langsam zum Kochen:

- 2 Dosen (je 800g) geschälte italienische Tomaten, mit einem Kochlöffel während des Kochens zerkleinern.

Spaghetti & Meatballs (Die Italo Amis)

Geschrieben von: Thomas

- 3-4 gehackte Zwiebeln (Ringe oder Scheiben)
- 4 Dosen (ca. 85g) extrakonzentriertes Tomatenmark (mit 2 Dosen Wasser verdünnen)
- Basilikum, Oregano, Knoblauchpulver und Salz nach Wunsch.

Danach gib die Fleischbällchen dazu und lasse das Ganze eine Stunde oder länger leicht kochen. Serviere mit Pasta oder Spaghetti und geriebenem italienischem Käse.

TonyTip:

Wenn die Sauce für 24 Stunden bis 3 Tage aufbewahrt wird und dann wieder erhitzt, wird ihr Geschmack verbessert. Sie kann auch für Monate eingefroren werden.

Das Rezept stammt mit freundlicher Genehmigung aus dem Buch:

Tony De Lisa - "Das Ami Kochbuch"; Mosaik Verlag, ISBN 3576105530

Burger, Steak & Bagels - wer meint, daß das alles ist, was die amerikanische Küche hervorbringt, liegt v

Spaghetti & Meatballs (Die Italo Amis)

Geschrieben von: Thomas

Wenn Sie bereits die USA besucht haben, werden Sie sich an viele Gerichte sicherlich gerne e

Spaghetti & Meatballs (Die Italo Amis)

Geschrieben von: Thomas

Tony De Lisa "Das Ami Kochbuch" hat einen Ehrenplatz in unserer Küche!

Spaghetti & Meatballs (Die Italo Amis)

Geschrieben von: Thomas

Sie können das Buch [hier](#) bestellen !

Spaghetti & Meatballs (Die Italo Amis)

Geschrieben von: Thomas
