

Reisbällchen mit Thunfisch und geschmolzenem Mozzarella

Hauptspeise

Fischgerichte

Reisgerichte

Zubereitung 

Schwierigkeit: ● ● ● ○ ○

Die Zwiebel hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl anbräunen, 100 g Tomatenmark und Oregano begeben.

Den ungekochten Reis hinzugeben und ziehen lassen, gelegentlich mit ein wenig Brühe übergießen und unter häufigem Rühren zum Kochen bringen, bis das Risotto eine verhältnismäßig trockene Konsistenz erhält. Den Reis vom Herd nehmen, ein ganzes Ei unterrühren, auf ein Küchenbrett geben und abkühlen lassen. Den Thunfisch etwas abtropfen lassen, in eine Schüssel geben und den gewürfelten Mozzarella sowie das restliche Tomatenmark hinzugeben.

Auf die Handfläche einen gehäuften Esslöffel kalten Reis geben, darauf ein wenig Thunfisch-Mozzarella-Füllung geben und ein Bällchen formen. Der Reis soll die Füllung umschließen. Den Vorgang wiederholen, bis die Zutaten verbraucht sind. Das zweite Ei zusammen mit einer Prise Salz in einer Schüssel verrühren.

Die Reisbällchen zunächst im Mehl, dann in dem verrührten Ei und anschließend in den Semmelbröseln wälzen. In reichlich Öl frittieren, bis die Kruste goldbraun und knusprig ist. Die Bällchen auf ein Küchenpapier platzieren, damit das überschüssige Öl aufgesaugt wird, und warm servieren.



Zutaten

300 g Reis

40 g Olivenöl

160 g Rio Mare Thunfisch

in Olivenöl

1 Liter Brühe

Öl zum Braten

Semmelbrösel

nach Bedarf 1 Zwiebel

200 g Mozzarella

2 Eier

150 g Tomatenmark

ein wenig Oregano

Mehl nach Bedarf

Salz