



# Grillezett húsgombóc-nyársak házi ketchuppal

🕒 80–100 Perc 

## Elkészítés

- 1 Kezdjük a házi ketchuppal! Melegítsük elő a sütőt 190 °C-ra. Mossuk meg és vágjuk félbe a paradicsomokat. Tegyük őket vágott felükkel felfelé egy lábasba, és locsoljuk meg őket olívaolajjal. Süssük a sütőben körülbelül 30 percig.
- 2 A hagymát vágjuk apróra, és egy serpenyőben kevés olívaolajon dinszteljük meg. Adjuk hozzá a zúzott fokhagymát.
- 3 Tegyük a paradicsomot egy lábasba a hagymával, fokhagymával, ecettel, cukorral, fűszernövényekkel, valamint sóval és borssal. Tegyük újra a sütőbe körülbelül 20 percre. Tetszés szerint aprítsuk finomra vagy pürésítsük. Ezután hagyjuk kihűlni.
- 4 Keverjük össze a darált húst a grill fűszersóval, az őrölt füstölt borssal és a parmezánnal. Formázzunk kis húsgombócokat. A paprika- és hagymadarabokkal együtt felváltva húzzuk őket fanyársakra.
- 5 Helyezzük a nyársakat a grillre (vagy grillserpenyőbe) kb. 5 percre (mérettől függően). Tálaljuk a nyársakat pitában a sütőben sült paradicsomos ketchuppal.

## Összetevők 4 fő részére

♦ = Kotányi Produkte

800 g	Darált marhahús
50 g	Reszelt parmezán
2 evőkanál	♦ Grill klasszikus fűszersó
1 teáskanál	♦ Füstölt bors, egész
	Zöldségek a nyársra (cukkini, paprika, vörshagyma, stb.)
4 darab	Pita
8 darab	Fanyárs

Ketchuphoz:

600 g	Cherry paradicsom
1 fej	Hagyma
3 gerezd	Fokhagyma
1 teáskanál	♦ Oregánó, morzsolt
1 teáskanál	♦ Kakukkfű, morzsolt
	♦ Tengeri só, durva szemű
	♦ Feketebors, egész
50 ml	Almaecet
50 ml	Olívaolaj
2 evőkanál	Cukor

