Hackbällchen vom Grill mit Sesam

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 20 min

Aktivzeit: 20 min

Einfach



Zutaten

für 6 Personen

600 g	gemischtes Hackfleisch vom Schweizer Rind und Schwein
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
1 TL	scharfer Senf
1	Ei
1 EL	Sesam
	Holzspiesse
	Alu-Grillschale

Nährwerte

1 Portion (ohne Barbecue-Sauce) enthält ca.:

180	kcal
23 g	Eiweiss
0 g	Kohlenhydrate
10 g	Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

Zubereitung

1. Hackfleisch mit Salz, Pfeffer, Senf und Ei kräftig verrühren.

2. Sesam in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten, etwas abkühlen lassen und unter die Hackmasse rühren.

3. Aus der Hackmasse kleine Kugeln formen, auf die Spiesschen stecken und in einer Grillschale auf dem heissen Grill bei indirekter Hitze in ca. 6–8 Minuten knusprig grillieren. Dabei öfters wenden.