

Kochen

Rezept von Caroline Autenrieth aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 12.05.2026

Quarkbällchen mit Tomatensoße

Für 4 Personen

Zutaten

500 g Magerquark
 3 Eier (Größe M)
 etwas Salz
 200 g Semmelbrösel
 1 Bund Schnittlauch
 2 Stiele Petersilie
 etwas Pfeffer
 50 g Butter, ca.

Für die Tomatensoße

1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 1 Bund Lauchzwiebeln
 2 Stiele Liebstöckel
 5 Tomaten, getrocknet, in Öl
 1 Dose Tomaten, ca. 800 g
 2 EL Olivenöl
 200 ml Gemüsebrühe oder Wasser, ca.
 etwas Salz
 etwas Pfeffer
 etwas Apfeldicksaft, Ahornsirup oder Honig

Außerdem

2 Stiele Basilikum, Kerbel oder Petersilie

Zubereitung:

1. **Für die Quarkbällchen** Quark abtropfen lassen. Mit Eiern in eine Schüssel geben und glatt verrühren. Etwa 2 Prisen Salz und 100 g Semmelbrösel gründlich unterrühren.
2. Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln. Schnittlauch in feine Röllchen, Petersilie fein schneiden.
3. Petersilie und Schnittlauch unter die Quarkmasse rühren. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Die Masse etwa 5 Minuten quellen lassen.
4. **Für die Tomatensoße** Schalotte und Knoblauch abziehen und beides getrennt voneinander fein würfeln. Lauchzwiebeln putzen, abbrausen und in feine Scheiben schneiden. Liebstöckel abbrausen, trocknen und fein schneiden. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen, das Öl dabei auffangen. Tomaten fein würfeln.
5. Olivenöl und aufgefangenes Tomatenöl in einem Topf erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin andünsten.
6. Dosentomaten, getrocknete Tomaten und Liebstöckel untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Apfeldicksaft würzen. Soße offen bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen.
7. Lauchzwiebeln zugeben und weitere ca. 5-10 Minuten garen. Erneut abschmecken.
8. **Währenddessen für die Bällchen** in einem großen Topf reichlich Wasser aufkochen. Etwa 2 EL Salz zugeben.
9. Mit zwei Löffeln aus dem Quarteig Nocken abstechen oder mit angefeuchteten Händen kleine Bällchen formen. Bällchen bzw. Nocken in das siedende Salzwasser geben. Bei schwacher Hitze köcheln lassen, bis die Bällchen an die Oberfläche steigen.
10. **Bällchen** bzw. Nocken mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und gut abtropfen lassen.
11. Butter und Semmelbrösel in einer Pfanne erhitzen und leicht bräunen. Bällchen in der

Semmelbröselbutter schwenken.

12. Basilikum (oder andere Kräuter, nach Wahl) fein schneiden. Bällchen mit der Tomatensoße und Basilikum anrichten und servieren.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-quarkbaellchen-mit-tomatensosse-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.