

Köfteki

Griechisch-türkische Freundschaft!

Zutaten für 4 Portionen

- | | |
|--------------------------------|---|
| 1 gelbe Zwiebel |  |
| 2 Knoblauchzehen |  |
| 20 Gramm frische Minze |  |
| 500 Gramm Hackfleisch vom Rind |  |
| 2 Esslöffel Paniermehl |  |
| 1 Ei |  |
| 1 Löffelspitze Salz |  |
| 1 Löffelspitze Pfeffer |  |
| 50 Gramm Feta |  |
| 5 Esslöffel Sonnenblumenöl |  |



Schritt 1

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
Minze waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und ebenfalls fein hacken.

Schritt 2

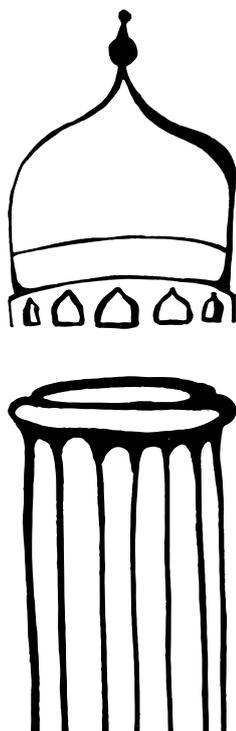
In einer Schüssel das Hackfleisch mit Paniermehl, Ei, Zwiebel, Knoblauch, Minze, Salz und Pfeffer vermengen.

Schritt 3

Feta in circa 1 Zentimeter kleine Stücke würfeln.
Hackfleischmasse zu 3 Zentimeter dicken Kugeln formen. Mit dem Daumen ein Loch in die Mitte drücken und mit Feta füllen. Gut verschließen.

Schritt 4

In einer Pfanne das Sonnenblumenöl auf hoher Stufe erhitzen und die Bällchen darin circa 5 Minuten goldbraun anbraten.
Pfanne vom Herd nehmen und zugedeckt circa 4 Minuten ruhen lassen.



Kennst du das?

Den Namen Köfteki haben sich die jungen Köche selbst ausgedacht.

KÖFTE

sind Frikadellen aus der türkischen Küche. Klassisch werden sie aus Lamm- und Rinderhackfleisch gemacht und mit Kreuzkümmel gewürzt.

BIFTEKI

ist eine griechische Variante der Frikadellen. Traditionelle Zutat ist dafür ein salziger, würziger Hartkäse aus Schafs- oder Ziegenmilch. Man kann ihn gut mit Feta ersetzen.

Weißt du das?

HYGIENE

Beim Verarbeiten von frischem Fleisch muss du besonders sorgfältig sein. Das Fleisch muss bis zur Zubereitung im Kühlschrank gelagert werden. Hände, Arbeitsfläche und Arbeitsgeräte müssen vor und nach dem Zubereiten gründlich mit Wasser und Seife gereinigt werden.