



## Türkische Köfte

mit Tomaten-Zwiebel-Salat und Brot



20-30min



2 Personen

Sobald unser Kollege Ali mal wieder vom Fernweh gepackt wird, kocht er sein liebstes Rezept seiner Oma: Türkische Köfte mit ganz viel Sumach, zusammen mit einem einfachen, aber super leckeren Tomaten-Zwiebel-Salat! Das ist für Ali die Beste Medizin um die kalten grauen Wintertage zu überstehen. Na, so bringen wir doch gerne die Sonne der Türkei auch in eure Küchen!

## Was du von uns bekommst

- frische Petersilie
- Erdäpfel
- Zwiebel
- Rinderfaschiertes
- Tomatenmark
- Sumach
- Knoblauchzehe
- kleine Fladenbrote <sup>1,11</sup>
- Tomaten
- Kreuzkümmel

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Backrohr mit Umluftfunktion
- große Pfanne
- Knoblauchpresse
- Küchenreibe
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

## Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 759.0kcal, Fett 31.3g, Eiweiß 37.7g, Kohlenhydrate 77.7g



### 1. Erdäpfel reiben

Etwa die **Hälfte** der **Erdäpfel** schälen und auf der Küchenreibe grob raspeln. Die übrigen **Erdäpfel** können am nächsten Tag gekocht und z.B. mit Kräutertopfen als Mittagessen serviert werden. **Knoblauch** ebenfalls schälen und pressen oder fein reiben.



### 4. Salat vorbereiten

In der Zwischenzeit die **Zwiebel** halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Die **Tomaten** waschen, den Strunk keilförmig rausschneiden und die **Tomaten** achteln. Die **Petersilienstiele** fein hacken, die **Blätter** grob hacken.



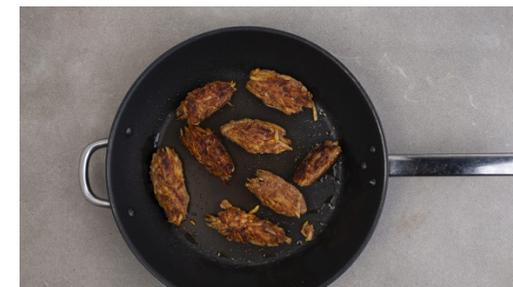
### 2. Köfte vorbereiten

**Faschiertes** mit den geraspelten **Erdäpfel**, dem **Knoblauch**, 1TL **Sumach**, 1 Messerspitze **Kreuzkümmel**, 1TL **Tomatenmark** und 1 Prise Salz gut verkneten. Aus dem **Faschierten** ca. 10 gleich große, ovale **Laibchen** formen und ein wenig flach drücken.



### 5. Salat marinieren

**Gemüse** aus **Schritt 4** mit 1 gestrichenen TL Salz, 1EL Essig, 2EL Olivenöl und etwas Pfeffer vermengen. Bis zum Servieren ziehen lassen.



### 3. Köfte braten

Eine große Pfanne mit 1-2EL Öl mittelhoch erhitzen. Die **Köfte-Laibchen** portionsweise in der Pfanne verteilen und von jeder Seite ca. 5-6Min. anbraten. Die Hitze evtl. ein wenig runterdrehen, falls die **Laibchen** zu schnell bräunen.



### 6. Brot rösten

Zum Schluss die **Brote** einige Minuten auf dem Toaster oder im Backrohr (bei ca. 210°C Umluft) knusprig aufbacken. Die fertigen **Köfte** mit **Brot** und **Salat** servieren. Nach Geschmack mit übrigen **Sumach** bestreuen.