



Türkische Köfte

mit Tomaten-Zwiebel-Salat und Brot



20-30min



4 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

- Kreuzkümmel
- Erdäpfel
- Tomaten
- kleine Fladenbrote ^{1,11}
- Knoblauchzehe
- Sumach
- Tomatenmark
- Zwiebel
- frische Petersilie
- Rinderfaschiertes

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 740.0kcal, Fett 33.3g, Eiweiß 40.8g, Kohlenhydrate 66.4g



1. Erdäpfel reiben

Erdäpfel schälen und auf der Küchenreibe grob raspeln. **Knoblauch** ebenfalls schälen und pressen oder fein reiben.



2. Köfte vorbereiten

Faschiertes mit den geraspelten **Erdäpfeln**, dem **Knoblauch**, 2TL **Sumach**, 2 Messerspitzen **Kreuzkümmel**, 2TL **Tomatenmark** und 2 Prisen Salz gut verkneten. Aus dem **Faschierten** ca. 15 gleich große, ovale **Laibchen** formen und ein wenig flach drücken.



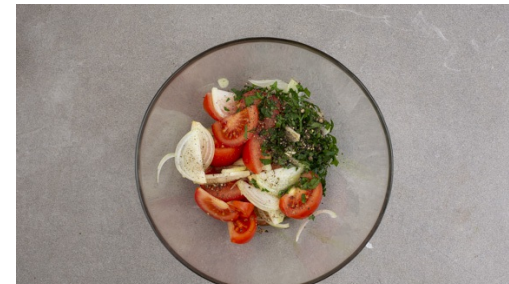
3. Köfte braten

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.



4. Salat vorbereiten

In der Zwischenzeit die **Zwiebeln** 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.



5. Salat marinieren

Gemüse aus **Schritt 4** mit 1,5TL Salz, 1EL Essig, 2EL Olivenöl und etwas Pfeffer vermengen. Bis zum Servieren ziehen lassen.



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 übrigem **Sumach** bestreuen.