Bifteki

Griechisches gebratenes gefülltes Hackfleisch.
Dazu Tzatziki, Reis, Gemüse, Ajvar, Pommes oder einfach nur Joghurt.
Vielleicht mit einer Metaxa Sauce.

Bilder








Zutaten

Menge
Zutat
Hackfleisch
500 g
Rinder Faschiertes
1
Zwiebel
2
Knoblauchzehen
1
Ei
100 g
Joghurt natur
1 TL
Thymian
1 TL
Oregano
1 Prise
Salz
1 Prise
Pfeffer
2 EL
Semmelbrösel
1 EL
Petersilie
1 TL
Gyros Gewürz

100 ml
Olivenöl
Füllung
100 g
Feta (Käse)
1
Tomate

Zubereitung

Personen: 2
Erledigt
Zutaten
Beschreibung
Masse (15 Minuten)
☐
1.

1 1Zwiebel schälen und fein hacken und zusammen mit
500 g 500Rinder Faschiertes in eine große Schüssel geben. Weiters folgendes dazu geben
2 2Knoblauchzehen (gepresst)
1 1Ei
100 g 100Joghurt natur
1 TL 1Thymian
1 TL 1Oregano
1 Prise 1Salz
1 Prise 1Pfeffer
2 EL 2Semmelbrösel und
1 EL 1Petersilie Alles nun am besten mit den Händen gut durchkneten und 20 Minuten rasten lassen.

Füllung (10 Minuten)
☐
2.

100 g 100Feta (Käse) in dünne Streifen schneiden und
1 1Tomate in dünne Scheiben schneiden. Die Hackfleisch-Masse nun in 5 gleiche Portionen teilen und mit der Hand flachdrücken. Nun mit dem Käse und den Tomaten füllen und das Hackfleisch rundherum schließen.

Backen (15 Minuten)
☐
3.

Die fertigen Hackfleisch-Stücke nun in einer Pfanne mit
200 ml 200Olivenöl auf mittlerer Hitze beidseitig braten.

Tipp

Zum Füllen entweder Feta oder Schafskäse und eventuell Tomaten.
Das Hackfleisch kann auch im Backrohr bei 200°C gebacken werden.

- Hauptspeisen
- Light
- Alkohol
- Besuch
- Drucken
- PDF

- **Schwierigkeit**

  Mittel

- **Bewertung**

  Keine Bewertung

- **Zeitkategorie**

- **Zeit**

  40 Minuten

- **Nährwert**

- **Preiskategorie**

- **Punkte**

  0

Zurück zur Liste