

# Bifteki mit Tomaten-Reis und Zaziki

## Für zwei Personen

### Für die Bifteki:

500 g gemischtes Hackfleisch	4 EL Semmelbrösel	1 große Zwiebel
4 Knoblauchzehen	1 TL Senf	1 TL Tomatenmark
2 EL Basilikum, getrocknet	2 EL Oregano, getrocknet	2 EL Rosmarin, getrocknet
1 EL Zimtpulver	Paprikagewürz	Salz
Pfeffer	Chiliflocken	Olivenöl

### Für den Tomatenreis:

100 g Langkorn Spitzenreis	1 Strauchtomate	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	200 g passierte Tomaten
1 EL Chilisaucе	1 Prise Zucker	Salz
Pfeffer	Olivenöl	frischer Rosmarin

### Für das Zaziki:

250 g griech. Joghurt	4 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
Salz	Pfeffer	

### Für die Bifteki:

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein schneiden.

Das Hackfleisch mit Semmelbröseln, Senf, Tomatenmark, Zwiebeln und Knoblauch vermengen. Basilikum, Oregano, Zimt, Rosmarin, Paprikagewürz, Chili, Salz und Pfeffer hinzufügen.

Aus der Masse kleine längliche Frikadellen formen und im heißen Olivenöl in einer Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten.

### Für den Tomatenreis:

Die Tomate waschen, den Strunk entfernen, in kleine Stücke schneiden und zur Seite legen. Schnittlauch abbrausen und klein schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, fein würfeln und im Olivenöl andünsten. Die passierten Tomaten, die Chilisaucе und 100 ml Wasser hinzugeben.

Kurz aufkochen, den Reis hinzugeben und unter ständigem Rühren ca. 20 Minuten garen lassen. Bei Bedarf etwas Wasser nachgießen, so dass der Reis cremig bleibt.

Nach ca. 10 Minuten die Tomatenstücke und den Schnittlauch hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Zum Schluss den Reis mit Rosmarin garnieren.

### Für das Zaziki:

Die Gurke halbieren und die Kerne entfernen. Auf einer Reibe in feine Scheiben reiben und in einem Sieb mit Salz bestreuen, um die Gurke zu entwässern. Ein paar Minuten stehen lassen, ausdrücken und mit dem griechischen Joghurt vermischen. Den Knoblauch schälen und durch eine Presse in den Joghurt drücken.

Mit wenig Salz und Pfeffer würzen, gut vermischen und ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kathrin Schröder am 10. Oktober 2018