

# Köfte im Nuss-Mantel, Rote-Bete-Salat, Tortilla

## Für zwei Personen

### Für die Köfte:

200 g Lammhack	25 g Paniermehl	20 geschälte Pistazien
10 geschälte Walnüsse	4 EL süße Chilisauc	1 TL Fenchelsamen
Salz	Pfeffer	

### Für den Minz-Joghurt:

1 reife Avocado	1 Limette	3 EL Naturjoghurt, 0,1%
2 Zweige Minze		

### Für die Weizentortilla:

250 g Mehl	2 EL Olivenöl	Salz
------------	---------------	------

### Für den Rote Bete-Salat:

1 Knolle vorgeg. Rote-Bete	$\frac{1}{4}$ frischer Rotkohl	1 EL Weißweinessig
1 EL Zucker	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

6 Radieschen	60 g Feldsalat
--------------	----------------

### Für die Köfte:

Fenchelsamen, Pistazien und Walnüsse in einem Mörser zerkleinern.

Lammhack mit Paniermehl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verkneten und in 2 längliche Köfte-Formen bringen oder um befeuchtete Holzspieße drücken. In einer Grillpfanne goldbraun anbraten. Danach mit Chilisauc bestreichen und in der Pistazien-Walnuss-Fenchel-Mischung rollen.

### Für den Minz-Joghurt:

Avocado halbieren, Kern entfernen und Fleisch einer halben Avocado mit Joghurt vermengen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Limettensaft und gehackte Minze mit der Joghurt-Avocado-Masse vermengen.

### Für die Weizentortilla:

In einer großen Schüssel Mehl mit etwas Salz aufhäufen und in der Mitte eine Mulde eindrücken. Vorsichtig Öl und 150 ml Wasser einrühren.

Wenn sich ein klebriger Teig bildet, Teig kneten bis er geschmeidig ist. Kleine Kugeln formen und mit einem feuchten Tuch bedecken. Nach ca. 20 Minuten diese Kugeln mit einem Nudelholz auswellen und gelegentlich einmehlen. Teig in einer Pfanne bei mittlerer Hitze backen.

### Für den Rote Bete-Salat:

Rote Bete schälen und zusammen mit Rotkohl in feine Streifen schneiden. Rotkohl-Streifen waschen und trockenschleudern. Rotkohl und Rote Bete mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen.

### Für die Garnitur:

Feldsalat waschen und trockenschleudern. Tortilla zuerst mit Joghurt bestreichen, dann mit dem Feldsalat, den Köfte und der roten Bete füllen. Radieschen als Garnitur auf dem Teller verteilen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nicolas Weber am 24. Oktober 2019