

Bifteki, Fetacreme, Ciabatta, Feta, Tomaten-Salsa

Für zwei Personen

Für das Bifteki:

300 g Rinderhackfleisch	70 g Fetakäse	½ Brötchen vom Vortag
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Ei
1 TL Senf	2 Zweige Oregano	½ Bund Petersilie
Öl	1 TL gemahl. Kreuzkümmel	Salz, Pfeffer

Für die Fetacreme:

½ rote Paprika	5 getrock. Öl-Tomaten	1 Knoblauchzehe
100 g Fetakäse	2 EL Frischkäse	1 TL getrockneter Oregano
Cayennepfeffer	1 Spritzer Olivenöl	

Für den panierten Feta:

80 g Fetakäse	1 Ei	4 EL Mehl
4 EL Pankobrösel	Öl	

Für die Salsa:

½ Salatgurke	½ rote Paprika	2 Tomaten
2 Frühlingszwiebeln	1 Schalotte	1 rote Chilischote
1 Limette, Saft	1 EL Apfelessig	Ahornsirup
3 Zweige glatte Petersilie	Salz	Pfeffer
Für die Garnitur:	½ Ciabatta	1 Spritzer Olivenöl

Für das Bifteki:

Das Brötchen in lauwarmem Wasser ca. 10 Minuten einweichen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Oregano und Petersilie fein hacken. Aus dem Hackfleisch, Ei, Brötchen, Senf, Kräutern, Zwiebel, Knoblauch und den Gewürzen eine Masse herstellen.

Feta in kleine Stücke schneiden und jedes Stück mit der Hackfleischmasse ummanteln. In einer Grillpfanne in heißem Öl von allen Seiten ca. 5 Minuten braten.

Für die Fetacreme:

Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien. Knoblauch abziehen.

Alle Zutaten im Mixer zu einer Creme verarbeiten. Mit Oregano und Cayennepfeffer abschmecken.

Für den panierten Feta:

Feta in längliche Stücke abschneiden.

Zuerst in Mehl, anschließend in Ei und zum Schluss in den Pankobröseln wälzen. In heißem Öl in einem kleinen, hohen Topf frittieren.

Für die Salsa:

Gurke sehr fein würfeln. Paprika schälen, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfeln. Tomaten häuten und sehr fein würfeln.

Chili sehr fein hacken, Kerne entfernen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Petersilie fein hacken.

Alle Zutaten mischen und mit Limettensaft, Apfelessig und Ahornsirup marinieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Ciabatta in Scheiben schneiden und in einer Pfanne rösten. Am Ende mit Olivenöl beträufeln.

Sabine Härtfelder am 21. März 2024