

Bifteki - Frikadellen griechisch

Für 4 Portionen:

800 g Rinderhackfleisch	1 Zitrone	0.5 rote Chilischote
0,5 Bund glatte Petersilie	0,5 Bund Koriandergrün	1 große Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 EL Tomatenmark	5 EL Olivenöl
1 TL Kreuzkümmelpulver	1 TL Paprikapulver edelsüß	Salz, Pfeffer

Das Rinderhackfleisch in eine große Schüssel geben. Die Zitrone heiß waschen, kräftig trocken reiben und die Schale fein abreiben. Die Frucht halbieren und den Saft auspressen. Die Chilischote waschen, längs halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden. Petersilie und Koriander waschen, trocken schütteln und nach Belieben mit oder ohne Stängel fein schneiden. Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Die vorbereiteten Zutaten ohne den Zitronensaft mit Tomatenmark, 3 EL Olivenöl, Kreuzkümmel, Paprikapulver, 1 TL Salz und $\frac{1}{2}$ TL Pfeffer zum Hackfleisch in die Schüssel geben und sorgfältig verkneten. Die Masse mit Zitronensaft sowie mehr Salz und Pfeffer abschmecken und zu acht gleich großen, leicht ovalen Frikadellen formen (siehe Tipp).

Das übrige Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Frikadellen darin bei starker Hitze rundherum anbraten. Die Hitze reduzieren und die Bifteki bei mittlerer Hitze je nach Dicke 2-3 Minuten nachbraten.

Die Bifteki auf einer großen Servierplatte auf den Tisch stellen oder auf Tellern angerichtet servieren. Dazu passt zum Beispiel ein schöner Levante-Salat.

Tipp:

Man kann die Bifteki für noch mehr Würze auch jeweils mit einem Stück Fetakäse füllen. Die Hackfleischmasse nur dann rundherum ganz sorgfältig verschließen, damit sich die Nähte beim Braten nicht öffnen.

Frank Rosin am 21. November 2024