



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Müttevazi Lezzetler® Kochrezepte

Cig Kofte (Rohe Hackfleischklösschen)

Çiğ Köfte



250 g Rinderhackfleisch (ohne fett)
2 Gläser feine Bulgur (Weizengrütze)
2 mittelgrosse Zwiebel
1 EL scharfe Paprikamark
1 Kaffeelöffel Cumian
1 Kaffeelöffel Salz
1 Bunt Petersilie
4-5 Kopfsalatblätter

- # Bulgur (Weizengrütze) mit Wasser in einer tiefen Blechform 10 Minuten lang aufweichen lassen.
- # Kleingehackte Zwiebel und Salz in die aufgeweichte Bulgur (Weizengrütze) geben.
- # Diese Mischung eine zeitlang kneten und dann Paprikamark und Cumian hinzugeben und wieder durchkneten.
- # In diese Mischung Rinderhackfleisch hinzugeben und 30-35 Minuten lang gut durchkneten.
- # Am Schluss die feingehackten Petersilien hinzufügen, das ganze so lange durchkneten bis eine homogene Masse entstanden ist.
- # Aus dieser Masse walnussgroße Teile entnehmen und zwischen den Fingern zusammenpressen und formen.
- # Diese in ein Servierteller legen und mit den Kopfsalatblättern servieren.

Tipp: Falls die Bulgur (Weizengrütze) während dem Kneten noch zu trocken erscheinen sollte, dann die Hände anfeuchten und das Kneten fortsetzen.