



Klößchen mit Bulgur

Bulgurlu Köfte



500 g Hackfleisch
1 große Zwiebel
1 ½ Teegläser feine Bulgur
1 EL Tomatenmark
1 Glas Wasser
1 TL trockene Basilikum
1 TL Pfeffer
1 KL Salz

Geriebene Zwiebel, Hackfleisch, ausgewaschene und abgetropfte Bulgur und Gewürze in einer Rührschüssel gut zusammenrühren.

Nachdem die Klößchenmasse eine halbe Stunde geruht hat walnußgroße Teile aus der Masse entnehmen und die Klößchen formen.

Klöse in einen weiten Topf oder in einen zugedeckten Pfanne in einer Reihe einreihen.

Darüber den im Glas Wasser verflüssigten Tomatenmark drübergießen.

Den Deckel des Topfes oder der Pfanne schließen und auf niedriger Hitze 40-45 Minuten kochen.

Warm servieren.

Tipp: Das besondere bei diesen Klößchen ist, dass man nicht zusätzlich Öl oder Fett verwendet.