Loluk

Loluk

500 g fettarmes Hackfleisch
1 Glas feine Bulgur
3 Zwiebel
2 Spitzpaprika
1 EL Tomatenmark
1 Kaffeetasse Öl
3 KL Salz
1 Tl getrocknete geschrotete Chili
1 TL Pfeffer

Zwiebel in dünne Streifen schneiden und in Öl auf mittlerer Hitze andünsten.
Danach fein geschnittene Spitzpaprika anbraten und schließlich geschälte und fein gehackte Tomaten hinzugeben.
Nun 1 Liter kochendes Wasser und Salz hinzugben.
Während diese Zuztaten kochen den Hackfleisch, gewaschene und getrocknete Bulgur, Pfeffer und geschrotete Chili und ein wenig Salz zusammenkneten.
Die Klößchenmasse ein wenig ruhen lassen und dann anschließend murmelgroße Teile formen.
Die Klößchen in das kochende Zwiebel-Paprika-Tomaten-Brühe hineinfüllen und auf mittlerer Hitze ca. 20 Minuten kochen.
Warm servieren.

Tipp: Loluk ist ein beliebtes Gericht der Region Malatya. Den Bulgur trocken verwenden verhindert das entstehen von Rissen in den Klösen während dem Kochvorgang.