



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

Iskender

Iskender



500 g Kalbskeule
1 kleine Zwiebel
1 Spitzpaprika
2 Kaffeelöffel Salz
2 EL Pflanzenöl
2 EL Tomatenmark
1 Glas Wasser
4 EL Joghurt
8 EL Bulgurpilaw (in Wasser gekochte Bulgur (Weizen))
4 Kebap Brötchen (Pida)

- # Die Kalbskeule halbeinfrieren. In sehr dünne Scheiben schneiden. Die feingehackte Zwiebel und die Spitzpaprika dazumischen und eine halbe Stunde ziehen lassen.
- # In eine Teflonpfanne zwei Eßlöffel Öl erhitzen, das vorbereitete Fleisch hinzugeben, es solange dünsten bis das Wasser des Fleisches verdampft ist, dann zwei Kaffeelöffel Salz hinzugeben und es braten.
- # Die Pida in kleine Würfel schneiden und auf die Grundfläche eines Serviertellers platzieren.
- # Darauf das gebratene Fleisch legen. Auf eine Seite ein Eßlöffel Joghurt daneben zwei Löffel Pilaw geben.
- # Den Tomatenmark mit Zugabe von einem Glas Wasser und einem Teelöffel Salz leicht andünsten und dann über das Fleisch gießen.
- # Über das ganze zwei Löffel gedünstetes Öl gießen.

Tipp: Sie erhalten Döner, wenn Sie das Fleisch genauso zubereiten und dem Fleisch sonst nichts hinzugeben.