



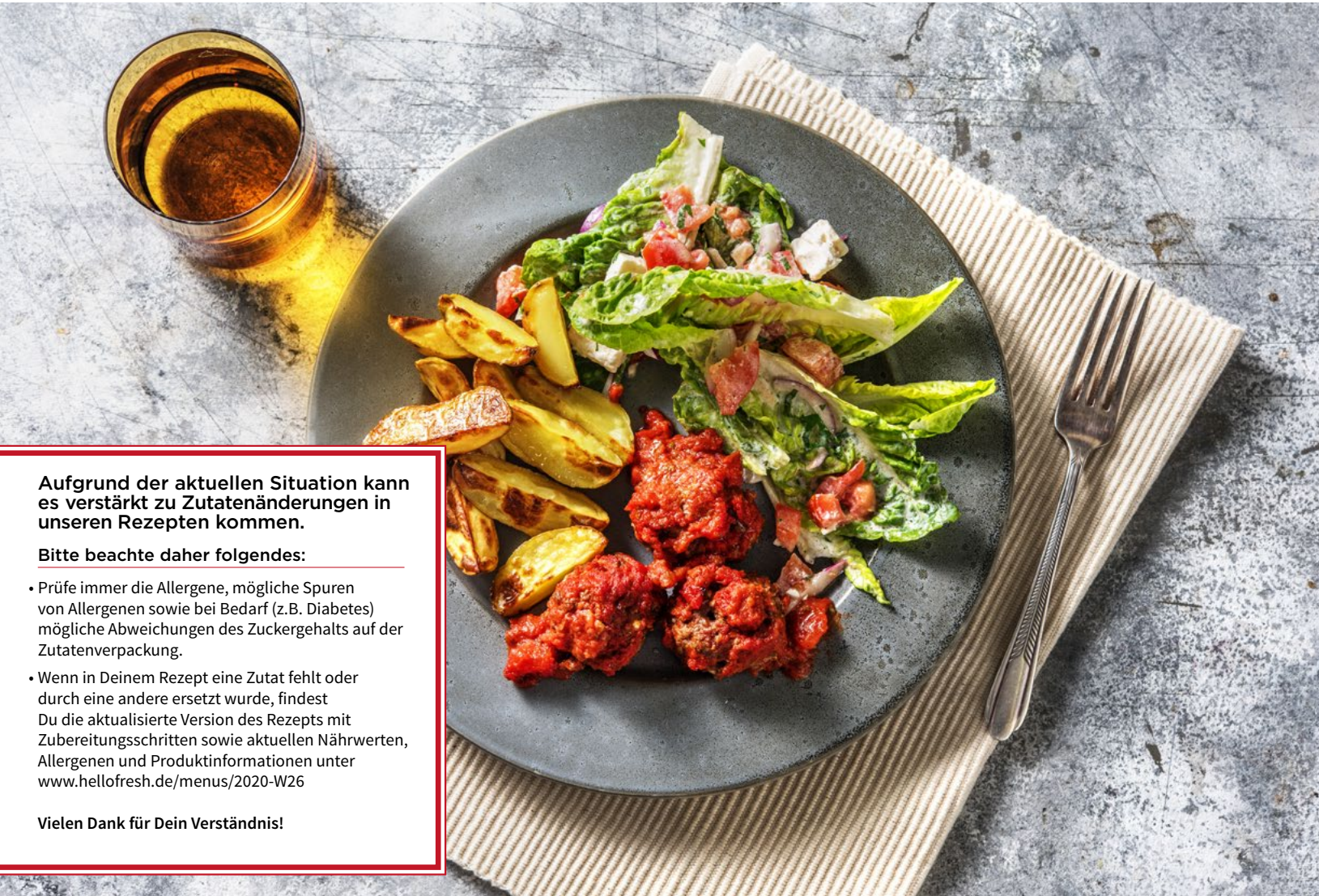
# BIFTEKI! GRIECHISCHE HACKBÄLLCHEN

mit Tomatensoße, Kartoffelecken und Salat



## HELLO SALBEI

*Nicht nur lecker, sondern auch schön anzusehen! Salbeipflanzen entwickeln weiße, pinke oder violette Blüten, die aussehen wie die von Lavendel.*




**Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.**


**Bitte beachte daher folgendes:**

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter [www.hellofresh.de/menus/2020-W26](http://www.hellofresh.de/menus/2020-W26)

**Vielen Dank für Dein Verständnis!**

-  gemischtes Hackfleisch
-  Sahnejoghurt
-  Hirtenkäse
-  Knoblauchzehe
-  stückige Tomaten
-  Petersilie
-  Salbei
-  rote Zwiebel
-  Salatherz (Romana)
-  Tomate
-  Kartoffeln (Drillinge)
-  Rotweinessig
-  Semmelbrösel

 **40-50** Minuten (je nach Personenanzahl)

 Stufe **3**

 Tag **1-2** kochen

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.

Wasche **Gemüse, Salat** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 kleine Schüssel, 2 große Schüsseln, 1 Auflaufform** und **1 Backblech** mit **Backpapier**.



## 1 VORBEREITUNG

Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.

**Knoblauch** abziehen und fein hacken.

**Zwiebel** abziehen, halbieren und eine Hälfte fein hacken.

In einer großen Schüssel **Hackfleisch** mit **Zwiebelwürfeln, Semmelbröseln, 2 EL [3 EL | 4 EL] Wasser\*** und der **Halfte** des **Knoblauchs** mischen. **Ein Drittel** des **Hirtenkäses** mit den Händen zum **Hackfleisch** in die Schüssel bröseln, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken und gut vermengen.



## 4 BIFTEKI BACKEN

**Blätter** vom **Salbei** abzupfen und fein hacken.

In einer kleinen Schüssel die **stückigen Tomaten** mit **Salbei** und dem restlichen gehackten **Knoblauch** mischen. Mit **Salz\***, **Pfeffer\*** und **Zucker\*** abschmecken. Die **Tomatensoße** über die **Fleischbällchen** geben und diese für ca. 25 Min. im Ofen backen, bis die Bällchen durchgegart sind.



## 2 BIFTEKI FORMEN

Aus der **Hackmasse** 6 [9 | 12] gleich große **Fleischbällchen** formen und in die Auflaufform setzen.

**Kartoffeln** längs vierteln.

Restlichen **Hirtenkäse** in 1 cm große Würfel schneiden und in eine zweite große Schüssel geben.



## 5 GEMÜSE & KRÄUTER SCHNEIDEN

Blätter der **Petersilie** abzupfen und fein hacken.

**Salatherz** vierteln, Strunk entfernen, **Salatviertel** klein schneiden.

Zweite **Zwiebelhälfte** in feine Streifen schneiden.

**Tomate** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in Spalten schneiden.



## 3 FÜR DIE KARTOFFELN

**Kartoffelspalten** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\*** beträufeln, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und für 25 – 30 Min. im Ofen goldbraun backen.



## 6 SALAT FERTIGSTELLEN

**Zwiebelstreifen, Petersilie, Tomatenspalten** und **Salat** zum **Hirtenkäse** in die große Schüssel geben. **Joghurt** und **Essig** zum **Salat** geben und gut vermengen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

## ANRICHTEN

Nach Ende der Backzeit jeweils 3 **Bifteki, Kartoffeln** und **Salat** auf Tellern verteilen und genießen.

**Guten Appetit!**

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
rote Zwiebel <b>NL</b>	1	1	2
gemischtes Hackfleisch	300 g	450 g	600 g
Semmelbrösel <b>1)</b>	25 g	35 g <b>☉</b>	50 g
Rotweinessig <b>1) 11)</b>	12 ml	18 ml <b>☉</b>	24 ml
Hirtenkäse <b>5)</b>	150 g	200 g	300 g
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	600 g	800 g
Sahnejoghurt <b>5)</b>	100 g	150 g	200 g
Petersilie glatt/Salbei	10 g	10 g	10 g
stückige Tomaten	1	1½ <b>☉</b>	2
Salatherz (Romana) <b>DE</b>	1	1	2
Tomate <b>DE</b>	1	2	2
Wasser* für Schritt 1	2 EL	3 EL	4 EL
Olivenöl* für Schritt 3	1 EL	1½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.

☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	422 kJ/101 kcal	3.661 kJ/875 kcal
Fett	5,02 g	43,51 g
– davon ges. Fettsäuren	2,12 g	18,40 g
Kohlenhydrate	6,75 g	58,48 g
– davon Zucker	2,05 g	17,74 g
Eiweiß	6,67 g	57,82 g
Salz	0,626 g	5,431 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

## ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 11) Schwefeldioxid und Sulfite

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

## URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar.