



# 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.*



gemischtes Hackfleisch



Sahnejoghurt



Hirtenkäse



Knoblauchzehe



stückige Tomaten



Petersilie



Salbei



rote Zwiebel



Salatherz (Romana)



Tomate



Kartoffeln (Drillinge)



Rotweinessig



Semmelbrösel

20 [25|25] Min.

35 [40|40] Min.

Stufe 2

Thermomix kocht

Tag 1 - 2 kochen

Wascht **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupft die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.  
 Heizt den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.  
 Neben dem **Thermomix®** benötigt Ihr **1 [2] große Pfanne** und **2 große Schüsseln**.



## 1 VORBEREITEN

**Petersilie** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine große Schüssel umfüllen.

**Kartoffeln** der Länge nach vierteln und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen, vermengen und flach auf dem Blech ausbreiten. **Kartoffeln** jetzt noch nicht backen.



## 4 GAREN

Jetzt die **Kartoffeln** in den Ofen schieben und 20 – 25 Min. im Backofen backen.

Nach der Dünstzeit **stückige Tomaten**, **Salz\***, **Pfeffer\*** und **Zucker\*** in den Mixtopf zugeben. Varoma verschließen, aufsetzen, **18 Min.**

[20 Min. | 22 Min.]/**Varoma/Stufe 1** garen und mit dem Rezept fortfahren.



## 2 BIFTEKI VORBEREITEN

Varoma-Behälter auf einen großen Teller stellen und mit etwas **Öl\*** einfetten. **Knoblauch** und **Zwiebel** abziehen und halbieren.

**Hälfte des Knoblauchs** und  **Hälfte der Zwiebel** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**Hackfleisch**, **ein Drittel des Hirtenkäses**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./Stufe 5** mischen und in eine große Schüssel umfüllen.



## 5 SALAT ZUBEREITEN

Restlichen **Hirtenkäse** in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

**Salatherz** in Streifen schneiden. Restliche **Zwiebelhälfte** in feine Streifen schneiden.

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

**Hirtenkäse**, **Salat**, **Zwiebelstreifen** und **Tomatenspalten** zur **Petersilie** in die große Schüssel geben. **Joghurt**, **Essig**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **Salat** mischen.



## 3 FÜR DIE FLEISCHBÄLLCHEN

Mit feuchten Händen 6 [9 | 12]

**Fleischbällchen** formen und im gefetteten Varoma-Behälter verteilen, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitze frei bleiben. Mixtopf spülen und trocknen.

**Blätter** vom **Salbei** abzupfen und mit dem restlichen **Knoblauch** in den Mixtopf geben. **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 10 g [10 g | 15 g] **Öl\*** zugeben, **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten und mit dem Rezept fortfahren.



## 6 ANRICHTEN

Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen und **Bifteki** in eine große Schüssel geben.

**Tomatensoße** darübergießen und mischen. **Bifteki** mit **Tomatensoße** auf Teller verteilen. **Kartoffelspalten** und **Salat** dazu anrichten und genießen.

**Guten Appetit!**

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
gemischtes Hackfleisch	300 g	450 g	600 g
Semmelbrösel <b>1)</b>	25 g	35 g	50 g
Rotweinessig <b>1) 11)</b>	12 ml	18 ml	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	2
Salatherz (Romana) <b>ES</b>	1	1	2
Tomate <b>NL</b>	1	2	2
Olivenöl* für Schritt 1	1 EL	1½ EL	2 EL
Öl* für Schritt 3	5 g	5 g	10 g
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. 850 g)
Brennwert	428 kJ/102 kcal	3.711 kJ/887 kcal
Fett	4,69 g	40,64 g
– davon ges. Fettsäuren	1,99 g	17,26 g
Kohlenhydrate	7,02 g	60,90 g
– davon Zucker	2,05 g	17,79 g
Eiweiß	6,89 g	59,73 g
Salz	0,455 g	3,949 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!)

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at