



# Iskender! Türkisches Gericht mit Hack, Tomatensoße, Fladenbrotwürfeln und Paprika-Butter



## JOGHURT

Die Lobeshymnen auf Joghurt sind lang:  
gut für die Darmgesundheit, toll als  
natürliche Maske für die Haut und natürlich  
außerdem einfach lecker.



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



türkische  
Gewürzmischung



Minze



Petersilie



Tomate



Rinderhackfleisch



Mini-Fladenbrot



Butter



Tomatenmark



edelsüßes Paprikapulver



Joghurt (3,5 % Fett)

20 [25 | 25] Min. 30 [35 | 40] Min.

Stufe 2 Thermomix kocht

leichter Genuss Neuentdeckung

Was ist eigentlich Iskender? Eine türkische Spezialität aus der Stadt Bursa, die man hierzulande häufig noch vergeblich sucht. Genau deswegen haben wir dieses Rezept in unser Menü aufgenommen und es auf HelloFresh-Art interpretiert. Lass Dich von der Kombination aus zerlaufener Paprika-Butter, Hackfleisch, Minzjoghurt, knusprigen Brotwürfeln und der aromatischen Tomatensoße mit Knoblauch verwöhnen!



# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit einem **Küchentuch** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst **4 kleine Schüsseln** und **2 große Pfannen**.



## 1 MINZDIP ZUBEREITEN

Blätter von **Petersilie** und **Minze** getrennt voneinander abzupfen. **Petersilie** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen. **Minze** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Joghurt**, **Salz** und **Pfeffer** zugeben und **15 Sek./Stufe 4** vermengen. **Joghurt-Minz-Dip** in eine weitere kleine Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen und trocknen.



## 2 DÜNSTEN

**Knoblauch** und **Zwiebel** abziehen, **Zwiebel** halbieren, beides in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Die **Hälfte** davon in eine dritte kleine Schüssel umfüllen, den Rest mit dem Spatel nach unten schieben. **Öl\*** zugeben und **3 Min./120 °C/ Stufe 1** dünsten. Währenddessen **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen und **Tomaten** grob schneiden.



## 3 TOMATENSOSSE KOCHEN

**Tomatenstücke**, **Tomatenmark**, **Gewürzmischung** und **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben. Anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **15 Min./100 °C/ Stufe 1** kochen. Währenddessen in einer großen Pfanne **Butter** bei kleiner Hitze in der Pfanne schmelzen. **Paprikapulver** dazu geben, ca. 30 Sekunden rösten, in eine kleine Schüssel umfüllen und mit der Zubereitung fortfahren.



## 4 HACKFLEISCH BRATEN

In derselben Pfanne **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen. Restlichen zerkleinerten **Knoblauch-Zwiebel-Mix** in die Pfanne geben und ca. 1 Min. anbraten. **Hackfleisch** zugeben und ca. 10 Min. knusprig braten, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen. Währenddessen **Fladenbrot** halbieren und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.



## 5 BROTWÜRFEL & SOSSE VOLLENDEN

Eine weitere große Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fettzugabe erhitzen und **Brotwürfel** unter wenden darin knusprig rösten.  
★ **TIPP:** Sollte das Brot nicht komplett in die Pfanne passen, röste es nacheinander.  
Nach der **Tomatengarzeit**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben, Messbecherdeckel aufsetzen und schrittweise ansteigend **30 Sek./Stufe 5-6-7** pürieren.



## 6 ANRICHTEN

**Brotwürfel** auf Teller verteilen und **Tomatensauce** darauf geben. **Hack-Zwiebel-Mischung** auf der **Soße** anrichten und **Joghurt** obenauf träufeln. Mit **Paprikabutter** toppen und mit **Petersilie** bestreuen.

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Minze/Petersilie	10 g	10 g	10 g
Tomate ES   MA	3	5	6
rote Zwiebel DE	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
türkische Gewürzmischung	4 g	6 g	8 g
Mini-Fladenbrot 1) 8)	150 g	200 g	300 g
Joghurt (3,5 % Fett) 5)	150 g	300 g	300 g
Butter 5)	10 g	10 g	20 g
edelsüßes Paprikapulver	2g	2g	2g
Rinderhackfleisch	300 g	450 g	600 g
Tomatenmark	35 g	52 g	70 g
Öl* für Schritt 2	10 g	15 g	15 g
Öl* für Schritt 4	1 EL	1 ½ 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.  
! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix® anpasst.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	656 kJ/157 kcal	3.496 kJ/836 kcal
Fett	10 g	51 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	17 g
Kohlenhydrate	10 g	51 g
- davon Zucker	3 g	14 g
Eiweiß	8 g	41 g
Ballaststoffe	1 g	3 g
Salz	1 g	2 g

### ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 8) Sesamsamen

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

### URSPRUNGSLÄNDER

ES: Spanien MA: Marokko DE: Deutschland

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

Guten Appetit!