

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 18. Januar 2023 ▪
15 Jahre Küchenschlacht ▪ „Heimatküche“ mit Johann Lafer



Ali Güngörmüs

Tabouleh Salat mit Kadaiyf, Granatapfelkernen, Pistazien, Maulbeeren, Feta und Lammköfte

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

30 g Bulgur
40 g Kadayif-Fäden
50 g Gurke
30 g Paprika
1 EL Granatapfelkerne
1 EL Pistazien
1 EL Maulbeeren
1 Schalotte
30 g Feta
20 g Butter
30 ml Granatapfelsirup
30 ml Gurkensaft (Salatgurke entsaftet)
40 g Minze
40 g Dill
40 g Koriander
40 g Petersilie
40 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Alle Kräuter waschen, von Stielen befreien und fein schneiden.

Butter in einer Pfanne zerlassen, Kadayif-Fäden dazugeben und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad goldgelb backen.

40 ml Wasser zum Kochen bringen, Bulgur dazugeben, einmal aufkochen und zugedeckt ca. 10 Minuten quellen lassen.

Aus Granatapfelsirup, Gurkensaft und Olivenöl ein Dressing herstellen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schalotte abziehen und fein würfeln. Gurke und Paprika in feine Würfel schneiden und mit den Schalotten, Kräutern und Bulgur vermischen.

Anschließend mit Salz und etwas Dressing abschmecken.

Maulbeeren und Pistazien in einer Pfanne anrösten.

Tabouleh Salat mit Kadaiyf, Granatapfelkernen, Pistazien und Maulbeeren in einem Servierring anrichten. Feta darüber hobeln.

Für die Lammköfte:

225 g Hackfleisch, Lamm und Rind gemischt
ca. 50 g trockenes, türkisches Fladenbrot
1 Zwiebel
5-6 Knoblauchzehen
1 kleines Ei
Butter, zum Braten
¼ Bund glatte Petersilie
Zucker, zum Abschmecken
Gemahlener Kreuzkümmel, zum Abschmecken
Chiliflocken (Pul biber), zum Abschmecken
2-3 EL Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und 1-2 Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebeln und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer sowie je eine Prise Kreuzkümmel, Chiliflocken und Zucker würzen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Fladenbrot in Wasser einweichen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und ohne die groben Stiele fein hacken.

Hackfleisch mit Zwiebelmischung, Ei und Petersilie in eine Schüssel geben. Fladenbrot gut ausdrücken, fein zerpfücken und hinzugeben. Alles gut verkneten und die Masse kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus der Masse 5 cm lange, etwa 1 cm dicke Köfte formen.

Öl und Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Köfte darin mit restlichem, angedrücktem Knoblauch portionsweise bei mittlerer Hitze rundum in 8-10 Minuten braun braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.