WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleisch-Bifteki mit Tomatenreis und Metaxa-Sauce

Zutaten (für 4 Personen):

500 g Putenhackfleisch (aus deutscher Erzeugung)
1 Zwiebel
6 EL Tomatenmark
4 EL Olivenöl
400 g stückige Tomaten
300 ml Hühnerbrühe
Salz und Pfeffer
3 Knoblauchzehen
80 ml Metaxa
150 ml Milch
150 g Crème fraîche
1 TL Gyrosgewürz
1 TL Oregano
250 g Reis
150 g Paniermehl
1 Ei
2 TL Kreuzkümmel
100 g Feta
Schnittlauch



Nährwerte:

Pro Portion ca. 879 kcal, 46 g Fett, 62 g Kohlenhydrate, 39 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 55 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleisch-Bifteki mit Tomatenreis und Metaxa-Sauce

Zubereitung:

1. Zuerst die Zwiebel schälen und fein würfeln. Dann ½ Zwiebel und 2 EL Tomatenmark in 1 EL Öl anschwitzen.



2. Mit Tomaten und Hühnerbrühe circa 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Jetzt in einer weiteren Pfanne 4 EL Tomatenmark, ½ Zwiebel und gehackten Knoblauch in 1 EL Öl anschwitzen.

Putenhackfleisch-Bifteki mit Tomatenreis und Metaxa-Sauce



4. Mit Metaxa ablöschen und etwas einreduzieren lassen.



5. Dann Milch, Crème fraîche, Gyrosgewürz und Oregano einrühren und 20 Minuten köcheln lassen. Nebenbei den Reis garen.



Putenhackfleisch-Bifteki mit Tomatenreis und Metaxa-Sauce

6. Als nächstes Putenhackfleisch, Paniermehl, Ei und Kreuzkümmel mit etwas Salz und Pfeffer mischen.



7. Die Putenhackfleischmasse gut verkneten und Bällchen daraus formen.



8. In die Mitte der Bällchen ein Stück Feta geben und mit Putenhackfleisch komplett umschließen.



Putenhackfleisch-Bifteki mit Tomatenreis und Metaxa-Sauce

9. Jetzt die Putenhackfleisch-Bifteki in 2 EL Öl von jeder Seite circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



10. Und den Reis unter die Tomatensauce heben.



11. Zum Schluss die Putenhackfleisch-Bifteki mit dem Tomatenreis anrichten und mit Metaxa-Sauce genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleisch-Bifteki mit Tomatenreis und Metaxa-Sauce



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**