

Kibbeh selber machen

VORBEREITEN

10
Min.

RUHEN

20
Min.

ZUBEREITEN

60
Min.

NIVEAU



für 6 Portionen

Für die Füllung

350 g Rinderhack
3 Zwiebeln
1 Esslöffel Acı Biber Salçası (Scharfes Paprikamark)
1/2 Bund Petersilie
40 g Walnüsse
1 Teelöffel Kreuzkümmel
1 Teelöffel Paprikapulver
35 g Butter
Salz, Pfeffer

Für die Hülle

200 g feiner Bulgur (Köftelik)
200 g Weichweizengrieß
350 ml heißes Wasser
1 Esslöffel Acı Biber Salçası (Scharfes Paprikamark)
1 Ei
1 Teelöffel Salz

Zum Frittieren

1 l Frittieröl

Für den Salat

4 Tomaten
2 grüne Paprika
1 Gurke

1/2 Bund Petersilie
5 Esslöffel Olivenöl
1 Zitrone
1/2 Teelöffel Salz

Für den Dip

1 Gurke
350 g Joghurt (10% Fettanteil)
1 Teelöffel Zitronensaft
1/2 Bund Dill
1/4 Bund Minze
1 Schuss Olivenöl
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Küchenmaschine
Fleischwolfaufsatz

Mhhmm, **Kibbeh**... der Duft, der Geschmack, der Name. An diesem Gericht stimmt einfach alles. In einer **knusprigen Hülle aus Bulgur** steckt **würziges Hackfleisch**, das sich zusammen im Mund zu einer wahren Geschmacksexplosion verbindet. Entdeckt habe ich diese orientalischen Wunderklöße in meinem Austauschsemester in Istanbul. Dort isst man die sogenannten **Içli Köfte** auch gerne als **Streetfood**. Seitdem komme ich nicht mehr von ihnen los und habe mich in meiner heimischen Küche nun endlich selbst an ein Rezept getraut. Ich muss zugeben, es ist mit ein bisschen Aufwand verbunden, aber dafür wirst du im Nachhinein doppelt und dreifach belohnt, weil Kibbeh einfach so **unfassbar gut** schmecken. Zu den Bulgurklößen reichst du meiner Meinung nach am besten einen **frischen Salat** und einen **cremigen Joghurt-Dip**. Deine Gäste werden begeistert sein!

Übrigens: Auch als Vegetarier kannst du Kibbeh genießen. Ersetze dafür einfach das Hackfleisch durch Veggie-Hack.

- 1 -

Kibbeh selber machen

Für die Füllung Zwiebeln schälen und würfeln. Petersilie und Walnüsse hacken.

- 2 -

Rinderhack in einer beschichteten Pfanne ohne Öl kurz anbraten. Zwiebeln dazugeben und ca. 5 Minuten weiterbraten. Paprikamark, Petersilie, Walnüsse und Gewürze hinzufügen und rühren, bis sich alles verbunden hat. Butter unterziehen. Nach Belieben salzen und pfeffern. Beiseitestellen.

- 3 -

Für die Hülle Salz und Paprikamark in das heiße Wasser geben und verrühren, bis sich beides aufgelöst hat. Bulgur und Grieß in die Rührschüssel einer Küchenmaschine füllen, mit Wasser-Gemisch vermengen und 10 Minuten ruhen lassen.

- 4 -

Rührschüssel in die Küchenmaschine einsetzen und mit dem Flachrührer 15 Minuten verkneten. Ei hinzufügen und weitere 5 Minuten kneten lassen. Die Masse muss nun geschmeidig sein und es dürfen keine Risse entstehen, wenn du mit dem Finger reindrückst.

- 5 -

Den Fleischwolf an der Küchenmaschine montieren und den Kibbehvorsatz anschrauben. Teig einfüllen und als Hülle ausgegeben lassen. Hülle mit einem scharfen Messer in 7-8 cm lange Stücke schneiden.

- 6 -

Für die Kibbeh Hülle an einer Seite zudrücken und wie ein Tropfen formen. Fleisch vorsichtig mit einem Teelöffel einfüllen. Genügend Platz lassen, damit du die andere Seite ebenfalls zu einem Tropfen formen kannst. Verfahre so, bis Fleisch und Teig aufgebraucht sind. Kibbeh beiseitestellen.

- 7 -

Für den Salat Gemüse würfeln, Petersilie hacken. Alles in eine Schüssel geben. Zitrone auspressen und Saft mit Olivenöl mischen. Vinaigrette salzen und über den Salat

geben.

- 8 -

Für den Dip Gurken schälen, längs schneiden und Kerne mit einem Löffel herauskratzen. Gurkenhälften fein reiben, salzen und in einem Sieb 10-15 Minuten abtropfen lassen.

- 9 -

Dill und Minze hacken. Alle Zutaten in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 10 -

Öl in einem Topf erhitzen und Kibbeh 2-3 Minuten frittieren. Zusammen mit Salat und Dip servieren und genießen.