



## MEIN GENUSS



### Griechische Bifteki



**It's a match!**

Must-have! Das aromatische Knoblauchpulver darf bei keinem griechischem Gericht fehlen!



Vorbereitung  
**15 min**



Niveau  
**Mittel**



Zubereitung  
**20 min**

### Zubereitung

- 1 Zuerst die Haut der Zwiebel abziehen und diese anschließend in feine Würfel schneiden. Anschließend die Zwiebelwürfel kurz in der Pfanne anschwitzen und für später beiseitestellen. Die Pfanne kann später nochmal verwendet werden.
- 2 Die Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken und beiseitestellen. Nun die gemischte Hackfleischmasse in eine Schüssel geben und mit gedünsteten Zwiebelwürfeln, Eiern, Semmelbröseln sowie **Knoblauchpulver, Kreuzkümmel, Oregano** und einem Spritzer Zitrone vermengen. Zuletzt die Fleischmasse mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 Den Fetakäse in 12 Stücke schneiden. Nun aus der Hackmasse 12 gleich große Kügelchen formen und in jede davon mit dem Daumen jeweils eine Mulde hineindrücken. Dieses wird mit einem Stück Fetakäse befüllt. Das Loch anschließen wieder mit der umliegenden Hackfleischmasse verschließen und zu einer gleichmäßigen Kugel oder Frikadelle formen.
- 4 In einer Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen und die rohen Bifteki von jeder Seite etwa 6 Minuten auf mittlerer Stufe braten. Das Fett der fertigen Bifteki kurz auf einem Küchentuch abtropfen lassen und heiß servieren – guten Appetit!

### Zutaten

*Ergibt 12 Stück*

500 g gemischtes Hackfleisch  
100 g Schafs- oder Fetakäse  
2 Eier  
1 Zwiebel  
2 TL Knoblauchpulver  
1 TL Kreuzkümmel  
1 TL Oregano  
1 Bund Petersilie  
2 EL Semmelbrösel oder Paniermehl  
Spritzer Zitronensaft  
Salz, Pfeffer  
3 EL Olivenöl

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt\* auf deine nächste Bestellung.

\*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 15.12.2026.