MARLEY SPOON

Bifteki vom Bio-Rind mit Fetafüllung

und tomatigen Ofenkartoffeln

30-40min 2 Portionen

Mit diesem Klassiker aus der griechischen Küche überbrückst du locker die Zeit bis zum nächsten Urlaub! Das saftige Hacksteak aus bestem Bio-Rinderhackfleisch wird mit cremig-herzhaftem Feta gefüllt. Dazu gibt es knusprige Ofenkartoffeln, die mit Tomatenmark verfeinert werden. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 1 Dose Bio-Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen
- 10g Petersilie
- 250g Bio-Rinderhackfleisch
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 50g Feta [2]

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei [1]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Milch** (2).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 678kcal, Fett 38.9g, Kohlenhydrate 45.4g, Eiweiß 33.8g

1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 2cm breite Spalten schneiden oder der Länge nach vierteln.

2. Kartoffeln würzen

Die **Kartoffeln** mit der **½ des Tomatenmarks**, 1EL Olivenöl, 1 kräftigen Prise Salz und 1 Prise Pfeffer vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 15–20Min. im Ofen backen.

3. Hackfleisch vorbereiten

Inzwischen den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen und die Hälfte der **Petersilienblätter** grob, die **übrigen Petersilienblätter** fein hacken. Das **Hackfleisch** mit der **½ der Gewürzmischung**, dem **restlichen Tomatenmark**, dem **Knoblauch**, der **fein gehackten Petersilie**, 1 Ei sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer gut vermischen.

4. Bifteki füllen

Das **Hackfleisch** in **2 gleich große Portionen** teilen und zu ca. 1cm dicken **Frikadellen** formen. Den **Feta** mit den Fingern zerkrümeln und mittig auf dem **Fleisch** verteilen. Die **Fleischränder** sorgfältig über dem **Käse** verschließen.

5. Bifteki braten

Die **Bifteki** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 3Min. anbraten. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer bestreuen, zu den **Kartoffeln** auf das Backblech geben und in ca. 10Min. im Ofen fertig garen.

6. Kartoffeln fertigstellen

Die **Kartoffeln** mit der **restlichen Petersilie** vermischen und ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Mit den **Bifteki** anrichten und servieren.