

# **Kofta mit Bulgur**

## **Zutaten (für 4 Personen)**

- 1 kg Rinds Hackfleisch
- 500 g Bulgur fein
- 2 Zwiebeln, 4 Zehe/n Knoblauch
- 1 Bund Petersilie
- 1 Esslöffel Salz, Cayennepfeffer
- Orientalische Gewürze(Kümmel, Koriander Curry und Paprika)
- Fett oder Öl zum Ausbacken

## **Zubereiten**

- ☞ Bulgur über Nacht einweichen (mit kaltem Wasser bedeckt)
- ☞ Das Fleisch mit dem eingeweichten Bulgur in eine grosse Schüssel geben.
- ☞ Zusammen mit einer Küchenmaschine solange pürieren bis die Masse hell ist.
- ☞ Petersilie, Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden und dazu geben
- ☞ Weiter pürieren
- ☞ Orientalische Gewürze, Salz, Pfeffer darunter mischen

## **Ausbacken**

Aus der Masse kleine längliche Frikadellen formen und in heissem Öl/Fett ausbacken.

## **Tipp:**

- ☞ Vor dem Backen 1 Ei dazu geben
- ☞ Die Kofta schmeckt warm sowie auch für das kalte Buffet sehr gut.