



Hackfleisch mit Feta

dazu *Bulgur und grüner Salat*

Zutaten:

300 Gramm	<i>Hackfleisch (Rind, Lamm oder Kalb)</i>
250 Gramm frische	<i>Champignons</i>
2	<i>Knoblauchzehe</i>
300 Gramm	<i>Paprika</i>
500 Gramm	<i>Bulgur</i>
ca. 300 Milliliter	<i>Gemüsebrühe</i>
250 Milliliter	<i>Sahne</i>
1 Glas	<i>Weißwein</i>
1 Teelöffel	<i>Paprikapulver (edelsüß)</i>
1 Teelöffel	<i>Paprikapulver (Rosenscharf)</i>
1 Teelöffel	<i>Kreuzkümmel</i>
1 ½ Teelöffel	<i>frischer Basilikum</i>
125 Gramm	<i>Fetakäse</i>
1 ½ Esslöffel	<i>Honig (Waldhonig)</i>

Salz Pfeffer Olivenöl etwas Butter

Zubereitung:

1. Öl in einer Pfanne erhitzen
2. Hackfleisch scharf anbraten
3. mit Salz und Pfeffer würzen
4. Knoblauch schälen und klein hacken
5. Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden
6. Paprika putzen, waschen und ebenfalls in feine dünne Streifen schneiden
7. Knoblauch mit den Champignons und der Paprika dazugeben
8. alles leicht mitbraten und mit dem Weißwein ablöschen
9. die Sahne dazugießen, Paprikapulver, Kreuzkümmel und Basilikum untermischen
10. die Flüssigkeit bei mittlerer Hitze ca. um die Hälfte reduzieren lassen
11. den Fetakäse in kleine Würfel schneiden, unterheben
12. das Ganze mit dem Honig abschmecken
13. parallel den Bulgur zubereiten
14. den Bulgur mit warmer Gemüsebrühe einweichen
15. anschließend mit etwas Butter oder Öl in einer Pfanne andünsten (er wird so feinkörnig und locker)
16. den Bulgur auf einem Teller anrichten und das Hackfleisch dazugeben

Zubereitung Salat:

1. den Salat putzen, waschen und verlesen
2. die Frühlingszwiebeln putzen und in sehr dünne Scheiben schneiden
3. in eine Schüssel 2 Esslöffel Essig geben und mit Pfeffer und Salz würzen
4. die kleingeschnittenen Frühlingszwiebeln dazugeben
5. alles gut verrühren
6. 4 Esslöffel Olivenöl untermischen und nochmals gut verrühren
7. den geputzten Salat oben auflegen und kurz vor dem Servieren mit der Soße vermischen