



# FEINKOST-CENGIZ

## Izmir

### Frikadellen

#### Für 6 Portionen

500g Hackfleisch  
2 Zwiebeln  
4 Kartoffeln  
2 Tomaten  
1 Ei  
4-5 Scheiben trockenes Brot  
1 El Tomatenmark  
1 Stängel Peterilie  
2 El Butter oder Margarine  
½ Teeglas (ca. 45ml)  
Öl für die Soße  
1El Mehl  
4 Glas Wasser  
1 Teelöffel Kreuzkümmel,  
Salz und Pfeffer

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

-1 Reiben Sie 2 Zwiebeln in eine Schüssel, schneiden Sie einen Stängel Petersilie klein und geben 500g Hackfleisch hinzu.

-2 Weichen Sie 4-5 Scheiben trockenes Brot mit einem Glas Wasser ein, drücken es aus und geben es zu der Hackfleischmasse. Fügen Sie ausreichend Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel Kreuzkümmel hinzu und verkneten alle Zutaten sorgfältig. Formen Sie kleine Frikadellen und reihen diese auf einem Backblech nebeneinander. Backen Sie die Frikadellen im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad, 15 Minuten.

-3 Zubereitung der Soße: Erhitzen Sie zwischenzeitlich ½ Teeglas (45ml) Öl. Würfeln Sie 1 Zwiebel und schneiden 4 Kartoffeln in dicke Scheiben. Vermischen Sie 1 El Tomatenmark sorgfältig mit den Zwiebeln. Füllen Sie 3 Glas heißes Wasser hinzu und lassen die Sauce aufkochen.

-4 Wenn die Sauce zu kochen beginnt, fügen Sie die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln hinzu und rühren die Zutaten um. Streuen Sie Salz hinein und schließen den Kochtopf.

-5 Nehmen Sie die Frikadellen nach Ablauf der Garzeit aus dem Backofen und gießen von der zubereiteten Soße darüber. Halbieren Sie 2 Tomaten, schneiden diese in Scheiben und verteilen sie auf die Frikadellen. Geben Sie die restliche Soße darüber und backen die Izmir Frikadellen bei 200 Grad, 15 Minuten.

---

Feinkost Cengiz

Hauptstraße 29  
72184 Eutingen im Gäu  
Telefon: 07459/2647  
Mobil: 015201451972  
Fax: 07459/915177

Website:  
[www.Feinkost-Cengiz.de](http://www.Feinkost-Cengiz.de)  
E-Mail:  
[info@feinkost-cengiz.de](mailto:info@feinkost-cengiz.de)

Die Experten die immer das richtige  
für Sie haben

---

WIR BEGLEITEN SIE DURCH DEN GENUSS PUR