



Keftedes (Griechische Frikadellen)

Zutaten

- 1 Beutel MAGGI Fix für Hackbraten
- 100 ml Wasser
- 500 g Hackfleisch
- 1 Stängel Minze
- 2 Stängel Petersilie
- 100 g Schafskäse
- 1 EL THOMY Reines Rapsöl

Zubereitung

1. In einer Schüssel MAGGI Fix für Hackbraten in Wasser einrühren. Hackfleisch zugeben und gut mischen.
2. Minze und Petersilie waschen, klein schneiden, zugeben und mischen. Acht Frikadellen daraus formen.
3. Schafskäse in acht Würfel teilen und jeweils einen Würfel in die Mitte der Frikadellen geben und mit Hackfleischteig fest umschließen.
4. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen und die Frikadellen darin von jeder Seite knusprig braun braten. Dazu Tzatziki servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	439 kcal
Fett	30 g
Protein	31 g

🕒 20 Minuten

⊕ 4 Portionen