# Bifteki „Meltemi“

Diese Art der Zubereitung von Hackfleisch ist in Griechenland üblich. Da liegt es nahe, das Gericht nach einem Wind zu benennen, den jeder, der schon mal in der Ägäis unterwegs war, in Erinnerung haben wird.

**Zeitaufwand: ca. 30 Minuten**

**Für 2 Personen**

## Zutaten Tomatenreis

200 gr Reis
1 Zehe Knoblauch
1 Zwiebel
2 Tomaten frisch
20 gr Tomatenmark
200 ml Brühe nicht zu intensiv schmeckend
Zucker
Olivenöl, Salz, Pfeffer

## Zutaten Bifteki

300 gr gemischtes Hack
50 gr Feta
1 Ei
2 Zwiebeln
1 Zitrone
2 EL Semmelbrösel oder Weißbrot
Oregano
Olivenöl, Salz, Pfeffer

## Zubereitung Tomatenreis

Die Zwiebeln häuten und in kleine Stücke schneiden, den Knoblauch häuten und hacken. Die Tomaten vom Stielansatz befreien und in kleine Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und die Hälfte der Zwiebeln sowie den Knoblauch bei mittlerer Hitze anschwitzen, das Tomatenmark unterheben. Die Brühe, den Reis und die Tomatenwürfel in den Topf geben und bei geringer Hitze nach Packungsanweisung garen, bis der Reis weich ist. Dabei häufig umrühren. Falls erforderlich, etwas Wasser hinzugeben. Am Ende der Garzeit mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

## Zubereitung Bifteki

Die Zitrone auspressen. Oregano fein hacken.
Das Hackfleisch in eine Schüssel geben, das Ei aufschlagen und über das Hack geben. Die restliche Zwiebel, die Semmelbrösel und den Zitronensaft dazu geben. Mit reichlich Gewürzen zu einer gleichmäßigen Masse verkneten. Danach aus der Masse Kugeln formen und mit einem Löffel Löcher in die Mitte drücken. Dort den Schafskäse hineingeben und diese Füllung mit dem Hack wieder verschließen. Etwas Öl in eine Pfanne geben und die Bifteki ca. 12 – 15 Minuten von allen Seiten bei mittlerer Hitze braten.

