

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 08. Oktober 2026** ▪
Tagesmotto „Fleischbällchen aus aller Welt“ mit Viktoria Fuchs



Henriette Stein

Türkische Köfte in süßsauriger Granatapfelsauce mit Kısır und Cacik

Zutaten für zwei Personen

Für die Köfte:

125 g Rinderhackfleisch
 125 g Lammhackfleisch
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 Ei, Größe M
 50 ml Olivenöl
 2 EL Semmelbrösel
 ½ Bund glatte Petersilie
 1 TL getrocknete Minze
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 1 TL Pul Biber
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 ½ TL gemahlener Zimt
 1 Prise gemahlener Piment
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein reiben und anschließend gründlich ausdrücken, damit die Köfte-Masse nicht zu feucht wird. Knoblauch abziehen, fein reiben oder hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

Rinder- und Lammhackfleisch mit Zwiebel, Knoblauch und Petersilie in eine Schüssel geben. Ei, getrocknete Minze, Paprikapulver, Pul Biber und Kreuzkümmel hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Masse kräftig und mehrere Minuten kneten, bis sie eine gut gebundene, leicht elastische Konsistenz erreicht. Falls die Masse zu weich oder feucht ist, nach Bedarf etwas Semmelbrösel einarbeiten.

Die Köfte-Masse abdecken und solange wie möglich im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend mit leicht angefeuchteten Händen 8-10 gleich große, länglich-ovale Köfte formen.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Köfte bei mittlerer bis hoher Hitze rundherum kräftig anbraten. Je nach Größe etwa 8–10 Minuten braten, dabei regelmäßig wenden, bis sie außen goldbraun und innen vollständig durchgegart sind. Köfte aus der Pfanne nehmen und kurz ruhen lassen. Pfanne mit dem Bratensatz für die Granatapfelsauce aufgestellt lassen.

Für die Granatapfelsauce:

250 ml Rinderfond
 2 EL Granatapfelsirup
 1 TL Kartoffelstärke
 1 EL Rohrzucker
 1 TL Sumac
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 1 TL getrocknete Minze
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rinderfond, Granatapfelsirup, Rohrzucker, Sumac, Paprikapulver und getrocknete Minze in die Pfanne mit dem Bratensatz geben und aufkochen lassen. Sauce bei mittlerer Hitze etwa 5-10 Minuten einkochen lassen. Kartoffelstärke mit 3 EL kaltem Wasser glatt verrühren. Die angerührte Stärke unter ständigem Rühren nach und nach in die leicht köchelnde Sauce geben und diese sämig abbinden lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kısır:

100 g feiner Bulgur
1 Gemüsezwiebel
4 Datteltomaten
½ Persische Gurke
2 Frühlingszwiebeln
100 ml Gemüsefond
1 TL Tomatenmark
1 TL Paprikamark
1 EL Granatapfelsirup
3 EL Olivenöl
1 Bund glatte Petersilie
½ Bund Minze
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL Pul Biber
½ TL Cayennepfeffer
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bulgur in eine Schüssel geben, mit heißem Gemüsefond übergießen und leicht salzen. Schüssel abdecken und den Bulgur etwa 10-15 Minuten quellen lassen, bis er die Flüssigkeit vollständig aufgenommen hat und weich ist. Tomatenmark und Paprikamark zum noch warmen Bulgur geben und gründlich vermengen. Masse anschließend mit den Händen oder einem Löffel einige Minuten kräftig durchkneten, bis sich die Pasten gleichmäßig verteilt haben und der Bulgur eine aromatische, leicht rötliche Farbe angenommen hat. Olivenöl, Granatapfelsirup, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Pul Biber und Cayennepfeffer hinzufügen und alles gründlich vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüsezwiebel abziehen und sehr fein hacken. Datteltomaten und Gurke waschen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Petersilie und Minze abrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Zwiebel, Tomaten, Gurke, Frühlingszwiebeln und Kräuter unter den Bulgur heben. Kısır nochmals abschmecken und vor dem Servieren etwa 15-20 Minuten bei Raumtemperatur durchziehen lassen. Gegebenenfalls mit etwas weiterem Olivenöl, Granatapfelsirup oder Salz abschmecken.

Für den Cacik:

1 persische Gurke
2 Knoblauchzehen
150 g griechischer Joghurt
2 TL Agavendicksaft
1-2 EL Balsamicoessig
2 Zweige Dill
1 Zweig Minze
2 TL getrocknete Minze
1 TL Schwarzkümmelsamen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke waschen und fein raspeln. Die geraspelte Gurke leicht ausdrücken, damit der Cacik nicht zu wässrig wird. Knoblauch abziehen und fein reiben. Dill und Minze abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Joghurt mit Gurke, Knoblauch, Dill und Minze verrühren. Getrocknete Minze, Balsamicoessig und Agavendicksaft unterrühren und den Cacik mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Bedarf mit einem Schluck Wasser glattrühren. Bis zum Servieren kalt stellen. Vor dem Servieren mit Schwarzkümmelsamen bestreuen.

Für die Garnitur:

4 Blätter Romanasalat
50 g Granatapfelkerne
1 Zweig Minze

Romanasalatblätter waschen und trocken tupfen. Jeweils etwa 2 Esslöffel Kısır auf die Salatblätter geben und auf den Tellern anrichten. Gericht mit Granatapfelkernen und fein gehackter Minze garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.