

# Griechische Lammhacksteaks auf buntem Gemüse

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Etwas Schickes für jeden Tag, der Griechenland Urlaub lässt grüßen

## Zutaten

- 600 g Gehacktes aus der Lammschulter
- 150 g Ziegenkäse in Würfeln à 1 cm geschnitten
- 1 kleine rote Paprikaschote in Würfeln à 1 cm geschnitten
- 1 kleine gelbe Paprikaschote in Würfeln à 1 cm geschnitten
- 2 fein geschnittene Zwiebeln
- 1 - 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 30 g kernlose, schwarze Oliven in Würfeln
- 10 Kapern gehackt
- Etwas frischen Oregano, gehackt
- Etwas frischen Rosmarin, gehackt
- Etwas frischen Thymian, gehackt
- 2 Scheiben altbackenes Toastbrot oder Brötchen
- 1 Ei
- Etwas Olivenöl zum Braten
- Gewürze

## Zubereitungsart

### Schritt 1

Das Lamm Gehackte mit Salz, Pfeffer, Oregano und dem Knoblauch würzen. Mit dem eingeweichten Weißbrot, den gehackten Zwiebeln, Kapern, Paprika und dem Ei verarbeiten. Zum Schluss die Ziegenkäse Würfel und die gehackten Kräuter unterheben. Mit feuchten Händen, 100 g schwere Hacksteaks formen, in heißem Olivenöl heraus braten.

## **Schritt2**

Anrichtevorschlag:

## **Schritt3**

Dazu empfehle ich frische Thymian - Ofenkartoffeln, (Drillinge)

## **Schritt4**

trocken in der Schale gegart, sowie ein buntes, griechisches Gemüse aus: Artischocken, (frisch oder aus einer guten Konserve)

## **Schritt5**

knackigen Stangenbohnen in Rauten geschnitten, kleinen Schalotten und Kirschtomaten.

## **Schritt6**

Alles "al dente" blanchiert, in Eiswasser abgekühlt und in brauner Butter mit frischen Kräutern wieder angeschwenkt.

**Rezeptart:** Lammfleisch **Tags:** mediterran

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/griechische-lammhacksteaks-auf-buntem-gemuese/>