



ALLES DRIN.

*****Wochenkarte ab 23. April*****

Ab Montag

Black Bean Burrito mit Paprika und Cheddar-Käse

Ab Dienstag

Sucuk-Flammkuchen mit Feta und Oliven

Ab Mittwoch

Hummus mit Champignons

Ab Donnerstag

Allgäuer Kässpätzle

3 mal in Hamburg:

- U Bahn Hoheluftbrücke, Mo-Fr, ab 16.30 bis 19 Uhr
- U Bahn Schlump (im Blumenladen), Mo-So, ab 10 bis 20 Uhr
- ZOB Altona, Mo-Fr, ab 16.30 bis 19 Uhr



01575 7075080

hallo@chriskochtuete.de

+++facebook.com/chriskochtuete oder auf Google (Eine Review wäre toll!)+++

Markos Cevapcici mit Djuveč-Reis und Ajvar

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Olivenöl, Salz, Zucker, einen Messbecher, eine Gabel, eine große Schüssel sowie eine große Pfanne bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 30 min gibt´s schon lecker Essen.

Tomate waschen, Strunk entfernen, klein würfeln und mit einer Gabel zermantschen. **Paprika** waschen und klein würfeln. **Knoblauch** und **Zwiebel** schälen und ganz klein würfeln. In einem Topf etwas Olivenöl geben und die Zwiebel sowie die Paprika 2-3 Min auf mittlerer Hitze anbraten. Die Tomaten, den **Reis**, Salz (1P: ½ TL/2P: 1 knapper TL) sowie Wasser (1P: 350ml/2P: 700ml) hinzufügen, aufkochen lassen, dann auf mittlere Hitze reduzieren und ca. 20 Min köcheln lassen. Ab und zu umrühren und kontrollieren, dass nix anbrennt. Bei Bedarf etwas Wasser nachkippen.

In einer großen Schüssel das **Bio-Rinderhack**, Salz (1P: ½ TL/2P: 1 TL), Knoblauch sowie das **Mehl** und das **Backpulver** (beides in der Papiertüte) geben und ca. 2 Min gut durchkneten (Das Backpulver sorgt dafür, dass die Cevapcici schön locker werden, da Backpulver in Kontakt mit Wasser und Hitze CO2 emittiert. Dadurch bilden sich kleine Gasbläschen im Fleisch -> locker). Zwischen den Handflächen 3 bzw. 6 Cevapcici-Röllchen von ca. 6 cm Länge formen. In einer großen Pfanne mit wenig Öl auf mittelhoher Hitze rundherum ca. 12 Min anbraten, bis sie überall eine braune Kruste haben. Cevapcici mit Reis und einem Klacks **Ajvar** auf schönen Tellern servieren. Das war´s schon. Du hast lecker Essen gemacht. Und wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu! Es ist Dein Werk.

Genieß Deinen Feierabend

☺----Gepackt von

Chris

(11 Unterschriften = 1 Gratis-Tüte)

Ps. Über eine [Review](#) auf Google oder Facebook würde ich mich sehr freuen