

Michael Möller

running | biking | coaching *

Sport für den guten Zweck

* & cooking 😊



Bratkartoffel Hackfleisch Pfanne Gyros Style

Vorbereitung:

800 gr Kartoffeln

putzen, danach achteln, also Kartoffelspalten

2 Zwiebeln

klein würfeln

1 Zwiebel

in Ringe schneiden

1 kg Rinderhackfleisch mit

3 EL Gyrosgewürz

würzen

250 gr frischen Spinat

grob klein schneiden

Zutaten:

2 EL Butterschmalz

erhitzen

die vorbereiteten Kartoffeln

bis zur gewünschten Bräunung anbraten, dann entnehmen.

Das gewürzte Hackfleisch

krümelig anbraten und ebenfalls entnehmen

Die gewürfelten Zwiebeln

andünsten,

3 EL Tomatenmark

kurz mit anrösten.

Das Gehackte

wieder hinzugeben und

etwas Wasser

dazugeben, damit eine sämige Sauce entsteht.

Die Kartoffeln

wieder dazugeben, darauf

Den Spinat

auf die Kartoffeln, bis er ein wenig einfällt, danach

verrühren und ca. 10 Minuten köcheln,

abschließend mit

abschmecken;

Salz und Pfeffer

darüber verteilen.

200 gr Feta und

die Zwiebelringe

Zum Essen passt gut Tzatziki