

GRÆSKE FRIKADELLER MED OVNBagTE KARTOFLER OG TZATZIKI

 4 pers.  50 min

Ovnkartofler

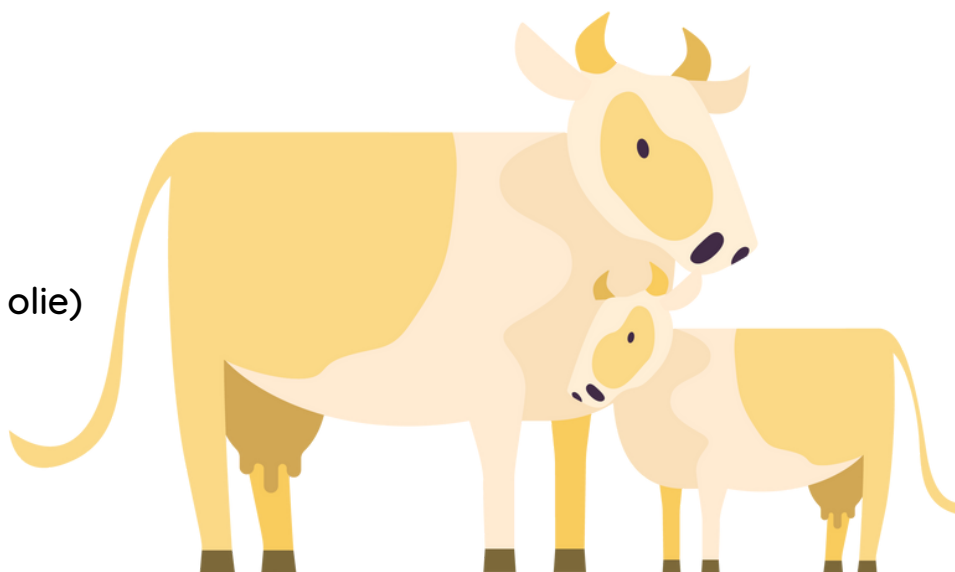
- 600 g kartofler
- 3 spsk. olivenolie
- 1 spsk. tørret timian
- salt og peber
- Græske frikadeller
- 300 g hakket oksekød
- 1.5 tsk. salt
- ¼ tsk. stødt peber
- 1 æg
- 3 spsk. hvedemel
- 6 stk. soltørrede tomater (i olie)
- ½ squash
- 2 fed hvidløg
- 1 spsk. tørret oregano
- 50 g feta
- 2 spsk. smør/olie til stegning



Opskrift fortsætter på næste side.

Græske frikadeller

- 300 g hakket oksekød
- 1.5 tsk. salt
- ¼ tsk. stødt peber
- 1 æg
- 3 spsk. hvedemel
- 6 stk. soltørrede tomater (i olie)
- ½ squash
- 2 fed hvidløg
- 1 spsk. tørret oregano
- 50 g feta
- 2 spsk. smør/olie til stegning



Tzatziki

- 2 dl græsk yoghurt, 10%
- 1 agurk
- 1 fed hvidløg
- 1 spsk. olivenolie
- salt og peber

Variation

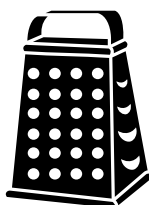
I stedet for kartofler som tilbehør kan man komme dellerne i et pitabrød med lidt salat og tzatziki

Græske frikadeller med ovnbagte kartofler og tzatziki

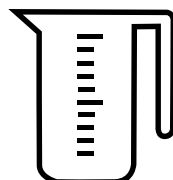
2 skærebræt



1 rivejern



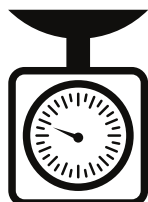
1 decilitermål



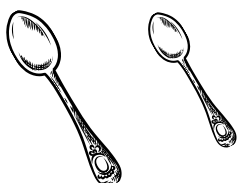
2 store knive



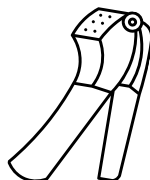
1 køkkenvægt



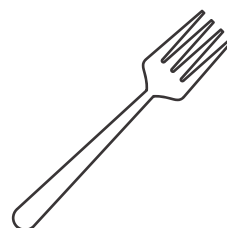
3 spiseskeer
og 3 teskeer



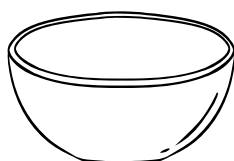
1 hvidløgspresser



1 gaffel



1 røreskål



1 lille skål



1 stor pande



SÅDAN GØR I

Græske frikadeller med ovnbagte kartofler og tzatziki

1. Tænd ovnen på 200 grader, varmluft
2. Skrub kartoflerne rene med en ren grydesvamp og skær dem i både. Kom bådene i en stor skål og vend med olivenolie og timian. Drys med salt og peber
3. Bag kartoflerne i ovnen i cirka 35 minutter, når ovnen er varm og husk at vende dem et par gange undervejs.
4. Kom hakket oksekød, salt og peber i en stor skål. Rør det sammen med en gaffel, til du har en fast/sej konsistens
5. Tilsæt æg og mel og bland det godt
6. Hak soltørrede tomater fint
7. Skyl squashen og riv den på et rivejern
8. Pres eller hak hvidløget fint pres eller hak det fint
9. Smuldre fetaen
10. Tilsæt soltørrede tomater, squash, hvidløg og feta i farsen og rør det godt sammen
11. Form dellerne med en spiseske
12. Kom smør på en varm stor pande og lad smørret bruse op. Skru ned til middel varme (6 ud af 9 på komfuret) og steg dellerne i 8 minutter på hver side
13. Skyl agurken og skær den midt over.
14. Brug en teske til at skrabe kernerne ud.
15. Riv den hårde del af agurken. Pres væden ud med dine hænder over en håndvask
16. Pres hvidløg
17. Bland græsk yoghurt med revet agurk og hvidløg. Smag til med salt og peber og dryp med olivenolie på toppen
18. Server de lune græske deller med ovnkartofler og tzatziki.