

Rezept

Köfte im Glas

Ein Rezept von Köfte im Glas, am 28.06.2026

Zutaten

4 EL Olivenöl	2 EL Pinienkerne
1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
7 Stängel glatte Petersilie	5 Stängel Koriandergrün
1 Bio-Zitrone	200 g gehacktes Lammfleisch
1 Ei (Größe S)	1/4 TL Zimtpulver
1/4 TL geriebene Muskatnuss	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	2 EL Schwarzkümmelsamen
3 Tomaten	1 Frühlingszwiebel
20 g getrocknete Tomaten	1 EL Orangeat
1 TL Harissa (marokkanische Gewürzpaste)	1/2 TL Worcestersauce

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 6 hitzefeste Gläser à 200 ml | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° (Umluft) vorheizen. Ein Backblech mit 2 EL Olivenöl bestreichen. Die Pinienkerne in einer trockenen beschichteten Pfanne rösten und grob hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Blättchen klein schneiden. Einige Blättchen Petersilie zum Anrichten beiseitelegen. Die Zitrone heiß waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Die Hälfte der Schale für den Tomaten-Tatar beiseitestellen.
2. Alle vorbereiteten Zutaten mit Lammhack und Ei in einer Schüssel vermengen. Mit Zimt, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit nassen Händen 12 walnussgroße Bällchen formen, diese mit Schwarzkümmel bestreuen und etwas andrücken. Die Bällchen auf das Blech setzen und im Ofen 20 Min. garen.
3. In der Zwischenzeit das Tomaten-Tatar zubereiten. Tomaten und Frühlingszwiebel waschen, putzen und klein würfeln. Die getrockneten Tomaten und das Orangeat fein hacken. Alles mit dem restlichen Olivenöl, Harissa und Worcestersauce vermengen. Mit der beiseitegestellten Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Das Tatar in die Gläschen füllen, die heißen Lammbällchen daraufsetzen und mit einigen Blättchen Petersilie dekorieren.