Rezept

Petersilienhackfleisch mit Joghurt

Ein Rezept von Petersilienhackfleisch mit Joghurt, am 18.05.2025

Zutaten

4	Knoblauchzehen
	Salz
1	Zwiebel
2 EL	Olivenöl
1/2 EL	edelsüßes Paprikapulver
1 Prise	Zimtpulver
300 g	Joghurt
	Pfeffer
1 Bund	Petersilie
400 g	Rinderhackfleisch
je 1 TL	rosenscharfes Paprikapulver und gemahlener Kreuzkümmel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 330 kcal

Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen und in ein Schälchen pressen. Den Joghurt untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten. Das Hackfleisch dazugeben und bei mittlerer Hitze unter Rühren braten, bis es krümelig ist. Das Fleisch mit beiden Sorten Paprikapulver, gemahlenem Kreuzkümmel, Zimtpulver und Salz würzen und offen ca. 5 Min. köcheln lassen.

3. Die Petersilie untermischen und zusammenfallen lassen. Das Hackfleisch und die Joghurtsauce getrennt servieren. Beim Essen die Nudeln mit dem Hackfleisch mischen und mit je 1 Klecks Joghurt garnieren. Das Petersilienhackfleisch schmeckt gut zu Spaghetti oder schmalen Bandnudeln.