

# Cig-Köfte mit Knoblauch-Joghurt

## Für zwei Personen:

### Für die Cig Köfte:

2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	800 g passierte Tomaten
3 EL Tomatenmark	2 EL Paprikamark	750 g Esmer-Köftelik-Bulgur
100 ml Olivenöl	1 ½ EL Isot (Paprikaschrot in Öl)	7 EL Nar Eksisi
5 Zweige Minze	5 Zweige Petersilie	1 EL Chiliflocken
1/3 EL Kreuzkümmel	½ EL edelsüßes Paprikapulver	½ EL Currypulver
½ EL Knoblauchpulver	1 ½ EL Salz	Pfeffer

### Für die Cig-Köfte-Sushirollen:

1 Packung Dürüm-Wraps	Cig-Köfte-Masse, nach Bedarf	5 Chicorée-Blätter
-----------------------	------------------------------	--------------------

### Für den Knoblauch-Joghurt:

500 g Naturjoghurt, 1,5%	3 Knoblauchzehen	1 Bund Petersilie
Salz	Pfeffer	

### Für die Garnitur:

1 Zitrone	1 Chicorée	5 Zweige Petersilie
5 Zweige Minze	7 EL Nar Eksisi	Chilliflocken

**Für die Cig-Köfte:** Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen abziehen und fein reiben. Den Bulgur auf ein Tepsi-Blech geben. Dazu die Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten- und Paprikamark, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Chili und Isot geben. Etwa 10 EL kaltes Olivenöl hinzufügen und alles gut durchkneten. Beim Kneten ist es wichtig, den Bulgur samt den anderen Zutaten immer wieder mit den Händen zu verreiben. Das geriffelte Tepsi-Blech ist hierbei sehr hilfreich. Wenn nötig, immer wieder Wasser zufügen und den Bulgur mindestens 20 Min. kneten. Die Bulgurmasse ist fertig, wenn sie beim Zusammendrücken zusammenklebt.

Die Petersilie und Minze abbrausen, trocken wedeln und fein hacken.

Dann Petersilie und Minze zur Teigmasse geben und mit etwas Wasser einkneten. Die Masse mit Paprikapulver, Granatapfelsauce, Currypulver und Knoblauchpulver abschmecken. Ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Nun aus der Masse mit den Händen Walnussgroße Stücke rollen und so in der Hand zusammendrücken, dass eine längliche Rolle entsteht. Etwas Teigmasse für das Köfte-Sushi beiseite lassen.

**Für die Cig-Köfte-Sushirollen:** Die Dürüm-Wraps auslegen, mit Chicorée-Blättern belegen, die zuvor zubereitete Cig-Köfte-Masse (s.o.) vorsichtig darauf streichen und jeweils zu einer Sushirolle formen. Dann in 3-4 cm große Stücke schneiden. Auf einem Teller zusammen mit den klassischen Cig-Köfte servieren.

**Für den Knoblauch-Joghurt:** Die Knoblauchzehen abziehen und sehr fein hacken. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Dann den Joghurt mit Knoblauch und Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Garnitur:** Chicorée waschen, vom Strunk befreien und 5 Blätter abnehmen.

Petersilie und Minze abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Die Zitrone halbieren, auspressen und 1 TL des Saftes auffangen. Nun die Salatblätter auf einem Teller verteilen und die Cig-Köfte auf die Blätter geben. Die Cig-Köfte mit Zitronensaft beträufelt. Etwas Petersilie, Chili und Minze darüber streuen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Backes am 20. Oktober 2021