

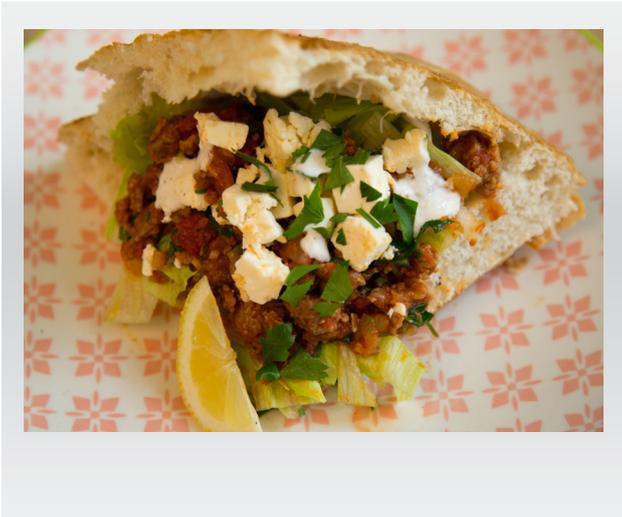


# Fladenbrot mit Hackfleischfüllung



Felix

Melissa



## Rezeptinfo

### Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: ca. 20 Min. ⌚

Je Portion: 2521 kJ, 601 kcal, 53 g Kohlenhydrate, 30 g Eiweiß, 21 g Fett, 79 mg Cholesterin, 4 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: 🍴

Kosten: €

## Zutaten

### Menge

#### Für die Hackfleisch-Füllung:

1	kleine Zwiebel
2	Knoblauchzehen
5 Stängel	glatte Petersilie
1 EL	Olivener Öl
200 g	Hackfleisch, gemischt
1 TL	Paprikapulver, edelsüß
	Salz
	Pfeffer
150 g	gehackte Tomaten

#### Für den Dip:

150 g	Joghurt
	Salz
	Pfeffer
1	Bio-Zitrone
1/2 TL	Chiliflocken

#### Außerdem:

4 Blätter	Eisbergsalat
1	Fladenbrot
250 g	Feta

## Zubereitung

### Step 1:

Zuerst die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Petersilie ebenfalls fein hacken.

### Step 2:

Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Das Hackfleisch dazugeben und unter Rühren krümelig braten. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

### Step 3:

Die Tomaten zum Hackfleisch geben und 5 Minuten mitgaren. Noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Hälfte der Petersilie untermischen.

### Step 4:

Für den Dip den Joghurt glatt rühren, mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Zwei Teelöffel Schale von der Zitrone abreiben und zusammen mit einem Teelöffel Zitronensaft zum Joghurt-Dip geben.

### Step 5:

Die Salatblätter in dünne Streifen schneiden. Fladenbrot nach Packungsanleitung kurz aufbacken.

### Step 6:

In der Zwischenzeit den Feta in große Würfel schneiden. Das Fladenbrot aus dem Ofen nehmen und vierteln.

### Step 7:

Nun befüllst du die Fladenbrotviertel zunächst mit etwas Dip, dann mit dem Hackfleisch und gibst anschließend etwas Feta darüber. Zum Schluss kannst du noch ein paar Petersilienstreifen aufstreuen und die Füllung mit ein paar Spritzern Zitronensaft beträufeln.