

Shiba
**Arayes – Arabische Fladenbrote
gefüllt mit Hackfleisch**

Für 4 Personen

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeit: Einfach

Zutaten:

4 libanesische Fladenbrote
alternativ: Pitabrote

Für die Füllung

500 g Rinderhackfleisch
1 handvoll Petersilie, gehackt
1 große Zwiebel, fein gehackt

Gewürze

3 TL Baharat
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Piment
Etwas Salz & Pfeffer

zusätzlich

etwas Olivenöl zum Bestreichen
etwas Joghurt zum Servieren
1 Tischgrill oder Pfanne

Zubereitung:

1. Alle Zutaten für die Füllung mit den Gewürzen in eine Schüssel geben und gut miteinander vermischen.



2. Die Pitabrote vierteln, falls nötig mit einem Messer vorsichtig aufschneiden. Ansonsten mit den Händen aufklappen.
3. In die geviertelten Brote 1-2 EL Füllung geben und gleichmäßig darin verteilen.
4. Den Tischgrill auf Stufe 2 vorheizen und mit etwas Olivenöl bestreichen.
5. Die Pita-Brote darauflegen, den Tischgrill schließen und für ca. 1 Minute darin grillen/backen.
6. Mit Natur Joghurt genießen!

Shibas Tipps:

1. Damit die Füllung innen saftig bleibt, sollten die Pitas nicht zu lange auf dem Grill sein.
2. Man kann auch ein anderes Brot verwenden, wichtig ist, dass es dünn genug ist, damit die Füllung durchgegart wird.
3. Überprüfe während des Grillens, ob die Füllung bereits durch ist, indem du das Brot vorsichtig öffnest.
4. Falls du keinen Tischgrill hast, kannst du es problemlos auch in einer Pfanne von beiden Seiten goldbraun anbraten.