

**Frisch gekocht**  
**Dienstag, 28. Juni 2016**



**Rezept von Konstantin Filippou**

**Lammällchen. Gefüllte Weinblätter. Trachana. Weintrauben.**

**1 Stunde/aufwendig**

---



### **Zutaten für 4 Personen**

Für die Lammällchen:

500 g faschiertes Lammfleisch, 1 gehackte Zwiebel, 2 Knoblauchzehen (fein gehackt), 1 Ei, 1/2 Bund gehackte Petersilie, 1 Zweig gehackte Minze, 1/2 EL Kreuzkümmel, 1/2 EL getrockneter Oregano, 1 Msp. gehackter Chili, Salz, Pfeffer, Brösel zum Wälzen, 1/2 TL Ouzo; Olivenöl zum Braten.

Für die gefüllten Weinblätter:

150 g junge Weinblätter, 125 ml Olivenöl, 100 g Zwiebel (fein gehackt), 50 g Jungzwiebel (fein gehackt, inkl. dem grünen Teil), 100 g Bulgur, 25 g Trachana, 50 g Rosinen, 50 g Pinienkerne, Salz, Pfeffer, 150 ml heißes Wasser, 50 g frische Petersilie (fein gehackt).

Außerdem:

250 g Joghurt, 50 g Olivenöl, gehackten Schnittlauch; Rote und weiße Weintrauben, etwas frischer Schnittlauch, Saft 1/2 Zitrone.

### **Zubereitung**

Für die Lammällchen Zwiebel und Knoblauch in etwas Olivenöl kurz anschwitzen, mit Ouzo ablöschen. Mit den restlichen Zutaten in eine große Schüssel geben und mit den Händen vermischen. Die Masse 30 Minuten bei Zimmertemperatur stehen lassen. Eine schwere Pfanne vorheizen, mit feuchten Händen 8 ovale Bällchen formen und in Bröseln wälzen. In wenig Olivenöl jeweils 15 Minuten braten. Die Fleischbällchen ein, zwei Mal wenden, damit die Oberfläche schön knusprig und braun wird.

Die Weinblätter in einem Topf in Wasser 5 Minuten kochen, danach und in einem Sieb kalt abspülen. Für die Füllmasse 50 ml Öl in einer Kasserolle erhitzen, Zwiebel und Jungzwiebel begeben und etwa 10 Minuten anschwitzen (sautieren). Bei ständigem Umrühren Bulgur, Trachana, Rosinen, Pinienkerne, 50 ml Olivenöl, Salz und Pfeffer zugeben. Zum Schluss das heiße Wasser zugeben und 5 Minuten köcheln. Danach auskühlen lassen und die Petersilie zugeben.

Die Weinblätter mit den Blattadern nach oben auf die Arbeitsfläche legen. Blattstängel abschneiden und 1 TL Füllmasse jeweils in die Mitte eines Blatts legen. An den Seiten falten, vorsichtig zusammenrollen und während des Rollens die Seiten einschlagen. Die gerollten und gefüllten Weinblätter dicht an dicht in eine mit etwas Olivenöl erhitzte Pfanne legen (mit dem Saum nach unten) und im Backrohr bei 120-150 °C goldgelb braten.

Das Joghurt in einer Schüssel mit Olivenöl, Zitronensaft und Salz vermischen, abschließend gehackten Schnittlauch beimengen.

Zum Anrichten auf Tellern jeweils etwas Joghurt verteilen, die Lammkugeln in der Tellermitte platzieren, die gefüllten Weinblätter rundherum legen. Die Weintrauben halbieren, entkernen und darauflegen, mit etwas Schnittlauch bestreuen.