



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Les recettes de cuisines

Kefta Nahna

Nahna Küftesi



1 chou moyen
3 oignons
1 tasse de thé d'huile végétale
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
½ cuillère à soupe de pâte de piment
4 tasses d'eau
1,5 cuillère à thé de sel
Pour les keftas ;
250 gr. De viande de côtelette
1 tasse de boulgour grossier
1 oignon haché
1 cuillère à café de poivre noir
1 cuillère à café de flocons de piment rouge
½ cuillère à café de sel

Mettez de l'huile dans une casserole, placez à moyenne température, quand elle chauffe, rajoutez les oignons coupé en demi-rond.

Quand les oignons se ramollissent, rajoutez les pâte de tomate et de piment. Saupoudrez du sel, quand l'odeur de la pâte de tomate et de piment disparaissent, rajoutez 4 tasses d'eau et retirez du feu quand elle bouillie.

Pendant ce temps, séparez les feuilles de chou. Faites bouillir jusqu'à qu'ils se ramollissent. Coupez avec un couteau à la taille de la paume de main.

Mettez dans un bol creux, de la viande haché, du boulgour, de l'oignon râpé, du poivron noir et du sel. Vous pouvez rajouter de l'eau si besoin puis pétrissez l'ensemble.

Prenez des morceaux plus petit que des noix, faites des keftas en forme de cylindre. Enveloppez les feuilles de choux pour chacun des keftas.

Prenez la moitié du mélange au pâte de tomate et de piment dans un autre bol. Mettez le küfte nahna dans le mélange qui reste.

Rajoutez le mélange de pâte de tomate et d'oignon. Fermez la casserole, placez à moyenne température, quand elle vient au point de bouillir, réglez à basse température puis laissez bouillir encore 20 minutes.

Laissez reposer ½ heure puis servez.

N-B; Cette recette appartient à Malatya. A Malatya, pendant la préparation, de la viande est placé au fond de la casserole.