



## Anali Kizli

Analı Kızlı



2,5 tasses de boulgour fin  
250 gr. de viande de bœuf haché sans graisse  
1 œuf  
1 petit oignon  
1 cuillère à café de flocons de piment rouge  
½ cuillère à café de poivre noir  
½ cuillère à café de sel  
Pour l'intérieur :  
150 gr. de viande de bœuf haché mi-gras  
1 oignon moyen  
1 cuillère à café de flocons de piment rouge  
1 cuillère à café de poivre noir  
1 cuillère à café de piment de la Jamaïque  
1 cuillère à café de sel  
3 cuillères à soupe d'huile végétale  
Pour l'eau:  
½ kg. de viande de bœuf légèrement gras  
1 tasse de pois chiches  
1 cuillère à soupe de pâte de tomate  
½ cuillère à soupe de pâte de piment  
Jus d'un demi citron  
1 cuillère à café de sel  
5 tasses de bouillon  
Pour la surface ;  
2 cuillères à soupe de beurre  
1 cuillère à soupe de menthe séchée  
1 cuillère à thé de flocons de piment rouge

# Nettoyez les pois chiches dès la veille, lavez puis mouillez avec de l'eau propre. Le lendemain, faites cuire dans la même eau jusqu'à qu'ils se ramollissent. Coupez la viande de bœuf légèrement gras, mettez de l'eau de façon à faire dépasser d'un doigt puis laissez bouillir.

# Mettez de l'huile dans une casserole pour préparer l'intérieur. Quand elle chauffe à moyenne température, rajoutez l'oignon coupé finement. Puis rajoutez la viande haché et laissez cuire jusqu'à qu'elle absorbe son liquide.

# Rajoutez du sel, du flocon de piment rouge, du piment de Jamaïque et du poivron noir. (Vous pouvez rajouter des noix concassés.) Retirez du four puis laissez refroidir.

# Préparez pendant ce temps, les ingrédients extérieur. Nettoyez le boulgour, lavez puis prenez dans le bol de pétrissage. Rajoutez les oignons coupé finement, mélangez et laissez attendre pendant 10 minutes.

# Puis rajoutez dans le boulgour aux oignons, de la viande haché deux fois de suite, un œuf, du flocon de piment rouge, du poivron noir et du sel. Pétrissez en mouillant les mains régulièrement. (environ 20 minutes)

# Prenez des morceaux du mélange, de la taille d'une noix, puis arrondissez. Creusez le milieu avec un doigt pour élargir. Mettez du mélange intérieur dans le creux puis fermez le bout. Arrondissez puis aplatissez légèrement.

# Faites les keftas jusqu'à que les ingrédients finissent. Arrondissez les ingrédients extérieur qui reste en forme de noisette.

# Mettez dans une casserole, 5 tasse d'eau et 1 cuillère à thé de sel. Quand l'eau est au point de bouillir, jetez les keftas. Baissez la température à moitié, quand les keftas sortent sur la surface, prenez avec un tamis.

# Puis jetez les petits keftas dans la même eau. Prenez de la même façon quand elles flottent sur l'eau. (Vous pouvez faire cuire dans la vapeur au lieu de les faire bouillir.)

# Rajoutez 5 tasses de bouillon de bœuf dans l'eau qui bouilli, puis du jus de citron, du sel, de la viande bouillie et des pois chiches. Quand l'eau est au point de bouillir à moyenne température, jetez les keftas. Faites cuire ensemble pendant 5 minutes puis retirez du feu.

# Mettez du beurre dans une petite poêle, quand il fond, rajoutez de la menthe sec et du flocon de piment rouge.

# Mettez les keftas dans une assiette, puis versez du beurre dessus.

N-B; Cette recette appartient à Gaziantep. Son deuxième nom est «Akitmali Köfte»

---

© ml.md (Français) Recette #: 1139 | Nom de la recette: Anali Kizli | l'Histoire : 07.12.2025 - 17:54