



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

Kefta Aux Carottes

Havuflu Köfte



½ kg. De viande pour Kefta
1 carotte moyenne
1 tasse de fromage cheddar râpé
1 oignon moyen
½ bouquet de persil
Des miettes de pain ou de la chapelure tant que possible
1 cuillère à soupe de yaourt plein
1 cuillère à café de poivre noir
1,5 cuillère à thé de sel

- # Mettez dans un bol de pétrissage, des carottes râpés avec la partie fine du râpe, du yaourt, un oignon râpé et de la viande haché.
- # Pétrissez jusqu'à que les ingrédients se mélangent. Puis rajoutez du fromage râpé, des miettes de pain ou de la chapelure jusqu'à que le mélange ne colle plus aux mains.
- # Enfin rajoutez du persil, du sel et du poivre noir puis pétrissez pendant 3-4 minutes.
- # Laissez reposer le mélange de kefta au réfrigérateur pendant 20 minutes. Puis faites des keftas un peu plus grand que la normale.
- # Mettez de l'huile dans une poêle, quand elle chauffe, rajoutez les keftas, puis laissez griller les deux surface.
- # Décorez selon votre choix puis ramenez à table.

N-B; Il est conseillé de faire cuire les keftas dans une poêle téflon, car le fromage qui est dans le kefta risque de fondre et de coller dans une poêle normale.