



Kefta De Poulet Aux Tomates

Domatesli Tavuk Köftesi



600 g. de bifteck de poulet
1 petit oignon
4 gousses d'ail
2 cuillères à soupe de semoule
1 tranche de pain rassis
1 œuf
1 cuillère à café de cumin
Une demi-cuillère à café de poivre noir
1 cuillère à café de sel
Pour la sauce :
3 tomates
1/2 cuillère à soupe de pâte de tomate
5 cuillères à soupe d'huile végétale
1 cuillère à café de sucre de
1 cuillère à café de sel
2 tasses d'eau

- # Coupez grossièrement les biftecks de poulet, l'oignon, les ails et le pain rassis. Placez dans le robot puis mélangez jusqu'à que les ingrédients perdent leur formes.
- # Prenez dans un bol de pétrissage. Rajoutez un œuf, de la semoule, du cumin, du poivron noir et du sel.
- # Pétrissez le mélange. Faites des keftas petit, rond et plate. Placez dans un plat de cuisson huilé.
- # Faites cuire au four préchauffé à 200 degrés jusqu'à la grillade.
- # Préparez la sauce pendant ce temps ; Mettez dans une casserole, de la pâte de tomate et de l'huile. Tournez quelques minutes.
- # Rajoutez des tomates épluchées et coupées finement, du sucre et du sel. Faites cuire jusqu'à que les tomates perdent leur formes.
- # Rajoutez enfin de l'eau, puis faites cuire une fois.
- # Jetez les keftas cuits dans la sauce préparée. Fermez le couvercle puis laissez cuire pendant 10 minutes.
- # Servez chaud.

N-B; Le mélange de kefta est moelleux pendant le pétrissage. Il prend sa forme quand la semoule commence à gonfler.