Фрикадельки с йогуртом

Yoğurtlu Köfte

250 гр. говяжего фарша
2 стакана пшеничной крупы
1 яйцо
1 ст.л. муки
1 средняя луковица
1 ч.л. соли
1 ч.л. черного перца
1 ч.л. красного острого перца
4 стакана воды
Для соуса:
2 стакана йогурта
5 зубчиков чеснока
0,5 стакана воды
0,5 ч.л. соли
0,5 стакана подслн. масла
0,5 ст.л. перечной пасты
1 ч.л. сушеной мяты

В чашку высыпать пшеничную крупу, добавить фарш, муку, яйцо, соль, красный острый перец и черный перец.
Налить стакан теплой воды, поставить рядом и смачивая в этой воде руки, понемногу добавляя в фарш, замесить его. Когда вода закончится, процесс замеса фарша можно закончить (примерно 15 минут).
Налепить из фарша круглые фрикадельки размером с половину грецкого ореха, затем оставить на 30 минут.
В кастрюлю налить 4 стакана воды и добавить 0,5 ч.л. соли.
Когда вода закипит добавить фрикадельки и на среднем огневарить 25 минут.
Чеснок потолочь с солью в ступке, добавить йогурт и 0,5 стакана воды. Взбить до однородной массы.
В сковороде на масле пожарить перечную пасту, затем добавить сухую мяту.
Когда фрикадельки сварятся, выложить в сервисную тарелку вместе с водой, сверху положить йогурт с чесноком и полить маслом с перечной пастой и мятой.

Если вместо воды использовать мясной бульон, блюдо получится еще более вкусным.

© ml.md (русский) рецепт #: 1165 | название рецепта: Фрикадельки с йогуртом | история: 19.05.2024 - 04:51