



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыыз

Котлеты Сырые

Çiğ Köfte



250гр.говяжьего фарша (обезжиренного)
2 стакана мелкой пшеничной крупы
2 средние луковицы
1 стол.ложка пасты острого перца
1 чайн.ложка тимьяна
1 чайн.ложка соли
Пучёк петрушки
4-5 листьев салата

- # Пшеничную крупу положить в кастрюлю залить 1 стаканом воды и настоять 10 минут.
- # Лук очень мелко порезать, посолить и соединить с пшеничной крупой.
- # Немного помесить, добавить пасту перца и тимьян, ещё помесить.
- # Добавить обезжиренный фарш и хорошо месить в течении 30-35 минут.
- # Добавить мелко рубленную петрушку, помесить последний раз, для того чтобы равномерно распределить петрушку в фарше.
- # Сделать круглые котлетки величиной с грецкий орех, придать форму сжав между пальцами.
- # Выложить на салатницу, подавать с листьями салата.

Если фарш во время мески станет сухим, смочить руки и продолжать месить.