

Kofte di agnello con yogurt alla menta



Tempo preparazione:
10 minuti

Tempo di cottura:
10 minuti

Dosatura:
Per 4 persone

Elenco ingredienti

Per lo yogurt alla menta:

3 cucchiaini di yogurt alla greca

Qualche fogliolina di menta, spezzettata fine

5ml/1 cucchiaino di salsa alla menta

un pizzico di curcuma macinata

Per i kofte:

250g di spezzatino di agnello magro

1 piccola cipolla

1 spicchio d'aglio

alcune foglioline di menta

alcune foglie di coriandolo

2,5ml/ ½ cucchiaino di peperoncini secchi

Istruzioni per la preparazione

1. Immergere 12 spiedini di bambu' in acqua fredda, per 1 ora. Miscelare insieme gli ingredienti per lo yogurt alla menta e metterli da parte.

2. Tritare l'agnello nel recipiente



dell'apparecchio, usando il tritatutto con il disco grosso. Lavorare o frullare gli altri ingredienti, fino a sminuzzarli fini, quindi aggiungerli alla carne.

Mescolare bene usando le mani.

3. Formare delle salsicce e infilarle sugli spiedini, ungendole con poco olio. Coprire con della stagnola le punte degli spiedini e cuocere sotto un grill molto caldo, per 8-10 minuti, girando di tanto in tanto. Servire con lo yogurt alla menta e con l'insalata al couscous e alle erbe.

PER L'INSALATA AL COUSCOUS E ALLE ERBE

Usando il food processor o il frullatore, sminuzzare finemente la metà' di un mazzo di cipollotti, una piccola manciata di foglie di menta e di prezzemolo e 4 pomodori maturi (privati della buccia e dei semi).

In una terrina, mescolare il tutto con 120g di couscous, il succo di un limone, 4 cucchiari di olio extravergine di oliva e 100ml di acqua bollente. Coprire la terrina e lasciare riposare per 1 ora perché il couscous si gonfi.

Mescolare bene e servire.