



Hoofdgerechten

Köfta van lamsvlees

Voor 4 personen.

Ingrediënten

2 paprika's (gegrilde, in blokjes)
150 gram passata
80 gram feta
150 gram orzo
1 limoen
olijfolie
peper
zout

Voor de hummus

200 gram kikkererwten (gekookt)
2 theelepels paprikapoeder
4 eetlepels zonnebloemolie
2 eetlepels yoghurt
1 limoen (het sap)

Voor de Köfta

500 gram lamsgehakt
120 gram uien (gesnipperd)
1 theelepel ras el hanout
40 gram wit broodkruim
1 eetlepel peterselie
1 eetlepel koriander
1 theelepel komijn
2 lookteentjes
2 eieren

Bereidingswijze

Mix voor de hummus de gekookte kikkererwten met de yoghurt, limoensap, paprikapoeder en zonnebloemolie tot een gladde puree. Kruid goed af. Het mag best pittig zijn!

Marineer voor de köfta het vlees met 2 teentjes geraspte look, 2 eieren, de komijn en ras el hanout, fijngesneden peterselie en koriander. Kruid af met peper en zout.

Stoof de ui even kort aan. Voeg wat paprikapoeder toe en laat verder garen. Voeg tenslotte de gestoofde ui en broodkruim bij het vleesmengsel en maak er worstjes van.

Kook de orzo al dente en voeg de passata en de blokjes gesneden paprika toe. Warm even goed door en breng goed op smaak met peper, zout, paprikapoeder en limoensap. Kleur vervolgens de köfta-worstjes aan in olijfolie en laat ze op een zacht vuurtje gaar worden. Brokkel als finishing touch de feta over het gerecht.

Tip:

Je kan ook burgers van het koftamengsel maken voor een echte Midden-Oosterse hamburger!

Keukenbenodigdheden

Mixer

