

Kefta au boeuf avec sauce au labneh

AIRFRYER (FRITEUSE À AIR) - BBQ - RECETTES - REPAS - THÉMATIQUES - VIANDES



15 MIN

NOMBRE DE PORTION : 2-3				
TEMPS DE PRÉPARATION :				
	20 MIN			
TEMBO DE CHICCON .				

TEMPS DE REPOS:

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

Keftas

- 1 livre de boeuf haché
- 1 grosse gousse d'ail
- 1 oignon, haché finement
- 1 c. thé de cumin
- 1 c. thé de gingembre moulu
- 1 c. thé de coriandre moulue
- 1 c. thé de paprika
- Sel et poivre

Autres

- 6 brochettes
- Un peu d'huile végétale

Sauce:

- 1/2 tasse de labneh
- 1 trait de jus de citron
- Zeste d'un demi citron
- Épices zaatar au goût

Garnitures : persil ciselé*, zeste de citron, poivre

* c'est tout aussi bon avec de la menthe

Préparation

- 1. Dans un bol, mélanger les ingrédients des keftas.
- 2. Séparer le mélange en 6 portions.
- 3. Former des cylindres de 6 pouces de long. Insérer une brochette au centre de chaque cylindre.
 - 1. ou vous pouvez également former un cylindre en pressant fermement la viande autour de la brochette.
- 4. Cuire selon la méthode de cuisson choisie (voir plus bas).
- 5. Pendant la cuisson des keftas, mélanger les ingrédients de la sauce. Déposer la sauce dans le fond d'une assiette de service.
- 6. Déposer les keftas cuits sur la sauce au labneh. Poivrer, ajouter des zestes de citron et du persil. Servir.

Dans un poêlon:

- 1. Dans un poêlon, chauffer un filet d'huile à feu moyen vif.
- 2. Cuire les keftas pendant 8 à 10 minutes en les retournant mi cuisson.

Au Airfryer:

- 1. Préchauffer le airfryer à 375 F.
- 2. Badigeonner les keftas d'huile.
- 3. Cuire jusqu'à ce que les keftas soient bien cuits, de 15 à 18 minutes, en les retournant à mi cuisson.

Sur le BBQ:

- 1. Préchauffer le BBQ.
- 2. Badigeonner les keftas d'huile.
- 3. Cuire sur les grilles en les retournant à mi cuisson, environ 10 minutes.