

Rezept

Kafta-Kebabs

Ein Rezept von Kafta-Kebabs, am 20.04.2024

Zutaten

½ Bund Petersilie	30 g Datteln (Stein)
3 Knoblauchzehen	70 g geröstete Pistazien
400 g Rinderhackfleisch oder Lammhackfleisch	4 EL Olivenöl
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	½ TL gemahlener Koriander
½ TL Cayennepfeffer	1 Msp. Zimtpulver
Salz	Pfeffer
½ Zitrone	8 Holzspieße oder Metallspieße (ca. 15 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Spieße | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal, 16 g F, 14 g EW, 4 g KH

Zubereitung

1. Holzspieße 30 Min. wässern. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Datteln ebenfalls fein hacken. Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Pistazien schälen und grob hacken.
2. Alle vorbereiteten Zutaten mit dem Hackfleisch, 2 EL Öl, den Gewürzen, 1 TL Salz und etwas Pfeffer vermengen. Die Masse in acht Portionen teilen, daraus etwa 2 cm dicke, längliche Frikadellen formen. Die Spieße aus dem Wasser nehmen und die Frikadellen der Länge nach daraufspießen.
3. Restliches Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Kafta darin etwa 4 - 5 Min. von beiden Seiten braun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit etwas Zitronensaft beträufeln und servieren. Alternativ auf dem Grill garen. Dazu passt Cacik (türkisches Zaziki; siehe Tipp), Muhammara oder Zhug-Sauce.