



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Tyrkisk køfte i fyldig tomatsaus med couscous og tomat- og løksalat

Tyrkisk køfte

½ bunt bladpersille
300 g kjøttdeig
1 pakke persillade
½ pakke panering
1 pakke ajvar
1 boks hakkede tomater

Couscous

125 g couscous
1 pakke hønsebuljong

Tomatsalat

½ stk rødløk
2 stk tomater
½ bunt bladpersille
1 stk sitron
½ ts salt ^B
1 ss olivenolje ^B

pepper ^B

olje ^B

sukker ^B

salt ^B

^B Basisvare

- 1. Tyrkisk køfte:** Skyll persillen, og finhakk stilkene og bladene hver for seg. Bland sammen de finhakkede persillestilkene, kjøttdeigen, persilladen, paneringen og litt salt til en jevn deig i en bolle. Form deigen til litt store kjøttboller, og klem dem litt flate (se tips).
- 2. Tyrkisk køfte, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttbollene i 8–10 minutter, til de er gylne og gjennomstekte. Vend inn ajvarsausen og de hakkede tomatene, og kok opp. Skru ned til middels varme, og la kjøttbollene trekke i sausen i 5 minutter. Smak til med salt, pepper og litt sukker.
- 3. Couscous:** Tilbered couscousen som anvist på pakken, men ha buljongen i kokevannet.
- 4. Tomatsalat:** Skrell og kutt rødløken i tynne skiver. Legg rødløken i en sil, og vend inn ½ ts salt. La rødløken trekke i saltet i 5 minutter, og skyll den i kaldt vann. Skyll og kutt tomatene i terninger. Bland sammen rødløken, tomatene, persillebladene og 1 ss olivenolje i en serveringsskål, og smak til med saft fra sitronen, salt og pepper.



TIPS!

Køfte er en tyrkisk variant av kjøttboller, som ofte inneholder hvitløk og friske urter. Du kan legge dem på et stekebrett med bakepapir og steke dem i ovnen ved 220 grader i omtrent 10 minutter.