

# BOULETTES DE VIANDE A LA TURQUE : KOFTE (thermomix)



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette de [Mille et une saveurs](#)

## Ingrédients :

- 500 g de viande hachée de bœuf
- 1 oignon
- 1 œuf
- 2 c à s de chapelure
- 1 botte de coriandre, 5 feuilles de menthe
- 1/2 c à c de sel
- 3 c à c de cumin
- 2 c à c de coriandre
- 1 c à c de cannelle
- 1 c à c de piment fort
- 1/2 c à c de gingembre
- 1 c à c d'origan séché
- un peu d'huile

## Préparation :

- mettre dans le bol, l'oignon coupé en deux
- puis mixer 5 secondes à vitesse 5
- ajouter les feuilles de menthe et les feuilles de 8 branches de coriandre
- puis mixer 10 secondes à vitesse 5
- ajouter la viande, les épices, l'œuf, la chapelure et le sel
- mélanger 1 minute en sens inverse vitesse 1,5
- Laisser reposer au frigidaire pendant 30 minutes à 1 heure
- Façonner vos koftes en leur donnant une forme ovale
- Verser un peu d'huile de Tournesol dans une poêle
- puis quand celle-ci est bien chaude, positionnez les koftes crus sur la poêle
- attendre que la première face des koftes soit bien cuits puis les retourner
- Mettre les koftes à égoutter dans une assiette recouverte de papier essuie-tout
- puis servir

*Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations*

THERMOMINOUX 2019

<http://thermominoux.over-blog.com>