KOFTA MALAI ORIENTALES

BON APPÉTIT!

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

Pour les koftas :
- 500 g de viande hachée de bœuf
- 80-100 g de farine de pois chiches
- 80-100 g de chapelure
- 1 oignon moyen - mixé
- 1 bouquet de persil - haché
- 1 c. à café de garam masala
- 1 c. à café de poudre de chili
- 1 c. à café de sel

Pour la sauce :
- 1 oignon coupé en dés
- 4 gousses d'ail
- 2-3 cm de gingembre
- 1/2 c. à café de curcuma
- 1 c. à café de coriandre moulue
- 1 c. à café de poudre de chili
- 1/2 c. à café de garam masala
- Sel - selon votre goût
- Poivre - selon votre goût
- 2-3 tomates de taille moyenne (coupées en dés)
- 50 g de noix de cajou
- Eau

Autres :
- Coriandre fraîche
- Un peu de crème pour la décoration
- Citron
- 1 oignon rouge

PRÉPARATION

Faites tremper les noix de cajou dans de l'eau tiède pendant environ 10-20 minutes. Épluchez l'ail et le gingembre, puis écrasez-les dans un mortier pour obtenir une pâte (ou hachez-les finement). Mettez tous les ingrédients pour les boulettes de kofta dans un bol et mélangez bien. Humidifiez légèrement vos mains avec de l'eau et formez de petites boulettes bien lisses si possible. Faites dorer les boulettes de viande, retirez-les de la poêle et réservez-les (elles peuvent être encore légèrement crues à l'intérieur à ce stade).

Dans la même poêle, faites revenir les oignons à feu moyen. Ajoutez la pâte ail-gingembre et les épices, puis faites-les revenir brièvement. Déglacez avec les tomates et environ 150 ml d'eau. Salez et poivrez. Laissez mijoter à feu moyen, à couvert, pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce que les tomates soient tendres. Pendant ce temps, mixez les noix de cajou avec un peu d'eau pour obtenir une pâte. Mixez ensuite la sauce avec un mixeur plongeant jusqu'à obtenir une consistance crémeuse, puis ajoutez la pâte de cajou. Si la sauce est trop épaisse, ajoutez un peu d'eau. Ajustez le sel et le poivre, puis ajoutez les koftas dans la sauce. Laissez mijoter à feu moyen, à couvert, pendant environ 5-7 minutes. Servez avec de la coriandre fraîche et un peu de jus de citron.

Recette et foto de Shibas Kitchen: https://shibaskitchen.de/malai-kofta-rezept/

OdASanté