

SECONDI PIATTI

Handi Kabab

LUOGO: Asia / India

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



PER I KABABS

500gr di montone disossato
2 grosse cipolle
2 cucchiaini di pasta di zenzero e aglio
2 cucchiaini di polvere di cumino
2 cucchiaini di polvere di garam masala
1 cucchiaio di foglie di coriandolo tritate
1 cucchiaino di polvere di macis-
cardamomo
6 rossi d'uovo sodi per il ripieno
100 gr di farina di ceci arrostita
sale a piacere. Per la salsa

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare i kababs, macinare la carne con tutti gli ingredienti secchi ad eccetto della farina di ceci. Macinarlo due volte e quindi mescolare bene con la farina di ceci arrostita. Dividere in porzioni uguali. Mettere un po' dei rossi d'uovo per il ripieno nel centro e

arrotolare la carne formando un kabab rotondo, così da avvolgere completamente il ripieno.

Arrotolare formando delle palline e mettere da parte.

Per preparare la salsa, aggiungere le cipolle arrostate, la pasta di zenzero e aglio, il garam masala integrale, il sale e sufficiente acqua.

Aggiungere le polpette di carne e cuocere in forno fino a che diventi densa.

Aggiungere la polvere di peperoncino kashmiri, la passata di pomodoro e la polvere di cumino tostata. Mescolare bene. Cospargervi sopra la polvere di garam masala. Servire caldo.