

SECONDI PIATTI

Kebab fatto in casa

DOSI PER: 6 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 60 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

NOTE: *ALMENO 2 ORE DI MARINATURA*



Scopriamo insieme come si prepara il **kebab fatto in casa**, un piatto che conquista sempre tutti!

Il **kebab** è una preparazione a base di carne, diffusa nella cucina greca e mediorientale.

Il termine *kebab* indica lo spiedo, e infatti la caratteristica di questo piatto è proprio la cottura lenta della carne a fettine avvolta in un unico grande spiedo.

Le tipologie di carne più utilizzate per la preparazione del kebab sono il pollo, il tacchino e l'agnello, ma puoi scegliere quelle che più ti piacciono: l'unico consiglio che ti diamo è quello di

alternare tagli più magri ad altri più grassi, in questo modo il kebab manterrà il giusto punto di umidità.

Anche con le spezie e con le erbe aromatiche puoi giocare come vuoi: esistono tante versioni del kebab, lasciati ispirare dai profumi che preferisci!

Perfetto dentro la pita, il classico pane arabo, oppure in accompagnamento con riso, verdure e salsa allo yogurt, il kebab si può facilmente preparare nel forno di casa: bastano un po' di creatività e... una patata!

INGREDIENTI

POLLO petto e braciola - 500 gr

TACCHINO fesa e braciola - 500 gr

SALE 10 gr

CURRY 1 cucchiaino da tavola

ORIGANO 1 cucchiaino da tavola

NOCE MOSCATA 1 cucchiaino da tè

LIMONE 1

PAPRIKA 1 cucchiaino da tavola

CUMINO 1 cucchiaino da tè

SPICCHIO DI AGLIO 3

CIPOLLA 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PATATA 1

PREPARAZIONE

1 Per prima cosa, metti a marinare la carne per almeno 2 ore, meglio se una notte intera.

Metti le varie tipologie di carne in una ciotola e aggiungi il sale, poi mischia con le mani.

Aggiungi il curry.

Unisci anche l'origano e la noce moscata.





2 Aggiungi il pepe nero, la paprika, il cumino e il succo di mezzo limone.





3 Sbuccia gli spicchi d'aglio e tagliali a pezzetti, poi taglia la cipolla a veli sottili.

Unisci aglio e cipolla alla carne, completa con un filo d'olio e mischia con le mani per far insaporire uniformemente.

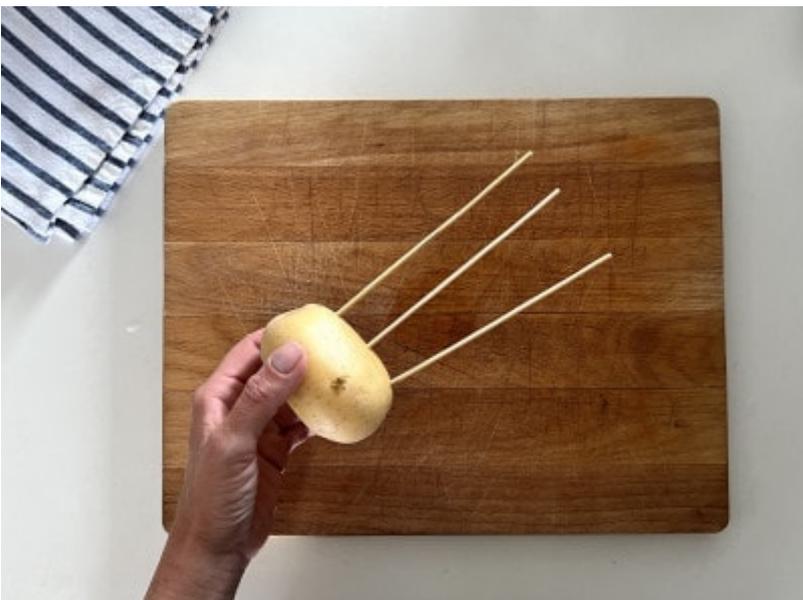
Copri e riponi in frigorifero.





4 Quando la carne è marinata, taglia la base di una grossa patata per renderla stabile e infilzala con tre stecchi per spiedini.

Metti negli spiedi, man mano, tutta la carne facendo attenzione ad alternare le tipologie e bilanciare bene le fettine su tutti i lati per rendere stabile il kebab.





5 Premi con le mani dall'alto per compattare tutto per bene.

Preriscalda il forno in modalità statica a 170° e cuoci il kebab per 50-55 minuti, poi estrailo e taglia la parte più esterna con un coltello ben affilato: puoi coprire il resto per mantenerlo caldo o continuare a cuocerlo mentre gusti il tuo primo kebab!





CONSERVAZIONE

Conserva il kebab cotto in un contenitore ermetico in frigo per non più di 3 giorni. Se non prevedi di consumarlo in questo lasso di tempo ti consiglio di congelarlo.

Se ti avanzano i panini farciti di kebab, dovrai avvolgerli uno per uno in pellicola da cucina e poi congelarli in sacchetti da congelatore.

CONSIGLIO

Come scongelare il kebab:

se hai congelato solo la carne, togliila dal contenitore da freezer per metterla in una teglia adatta alla cottura e metti in forno a 170 gradi fino al totale scongelamento e poi continua per altri 10 minuti in modo che la carne torni calda ed appetitosa.

Se hai congelato i panini kebab rimuovi la pellicola da cucina e posizionali in una teglia ricoperta di carta forno, metti in forno caldo per mezz'ora.