

SECONDI PIATTI

Polpette arabe di agnello

di: *L'Araba Felice*

LUOGO: *Asia / Arabia Saudita*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* COSTO: *basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

600 g circa di carne di agnello macinata
150 g di burghul (grano essiccato e spezzettato
si trova nei negozi etnici)
1 cipolla
sale
pepe e cumino a piacere
1 manciata di pinoli
olio extravergine d'oliva.

PREPARAZIONE

1 Ecco gli ingredienti:



- 2 Per prima cosa bisogna mettere il burghul a bagno in acqua fredda, in modo che sia sommerso e lasciarlo così una quarantina di minuti
Dividere il macinato in due parti, una più grande ed una più piccola ,circa 400 g e 200 g.

Unire ai 400 g il burghul scolato molto bene dall'acqua, la mezza cipolla tritata, sale e pepe ed infine il cumino a piacere.

Lavorare molto bene con le mani in modo da amalgamare il tutto e lasciare riposare un'oretta.





3 Intanto, in una padella, soffriggere un po' di cipolla tritata in olio extravergine d'oliva, aggiungere i pinoli e lasciarli tostare leggermente. Quindi aggiungere i 200 g di carne rimanenti, salare e portare a cottura.



4 Mettere il composto di carne e burghul nel robot e farlo andare a velocità alta per circa 10 minuti. E' un processo importante, non cercare di accelerarlo.



- 5 Dopo i 10 minuti, sempre con il robot in funzione, buttare dentro un cubetto di ghiaccio e fare andare altri 5 minuti.



- 6 Ora prendere piccole porzioni di questo composto, che ormai avrà una consistenza omogenea, nel palmo della mano e mettervi al centro un po' del composto cotto di carne e pinoli, infine chiudere come una normale polpetta e dare la tipica forma ovale.



- 7 Prestare attenzione nel chiuderle perfettamente o in cottura si apriranno. Friggere i kebeh in olio profondo finchè prendono il tipico colore brunito.



NOTE