

Kofta



Das Gericht passt gut zu
arabischem Reis oder zu
weißen Bohnen.

Zutaten

- 3 kg Rindfleisch
- 3 kg Zwiebeln
- 2 l Öl
- 200 g frische Chili
- 600 ml kaltes Wasser
- 1 Dose weiße Bohnen
- Knoblauch, Koriander,
Kreuzkümmel, Curry
- 1 Dose Tomaten
(alternativ: frische Tomaten)
- Tomatenmark

Zubereitung

1. 3 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, Koriander und Chili fein hacken und mit Curry, Kreuzkümmel und Hackfleisch vermischen/ pürieren. Aus dieser Mischung mit feuchten Händen mittelgroße Bällchen formen.
2. Diese in einer Pfanne mit Öl 10 Minuten lang goldbraun anbraten.
3. Die Tomaten schälen und in Würfel schneiden. Die restlichen Zwiebeln und Knoblauchzehen hacken und im restlichen Öl glasig anschwitzen. Die Tomaten und das Tomatenmark hinzufügen, danach die Fleischbällchen in den Topf geben. 600 ml kaltes Wasser dazugeben und 30 Minuten köcheln lassen.

Herkunftsland

Afghanistan

Infos zum Rezept

Das Gericht wird in Afghanistan als traditionelle Mahlzeit zu Familienfeiern bzw. Treffen serviert. Zu solch einem Anlass haben die Geflüchteten der Erstaufnahmeeinrichtung das Gericht gekocht, weil sie sich die Zutaten sonst in ihrer aktuellen Situation nicht leisten könnten.

