



# Kofty wołowe z kremowym hummusem z soczewicy

🕒 15–20 Min   

## Przygotowanie

- 1 Cebulę drobno posiekaj i wymieszaj z mieloną wołowiną oraz przyprawą Garam Masala. Uformuj małe, podłużne kofty w kształcie kiełbasek. Skrop oliwą i smaż na patelni grillowej lub piecz w piekarniku przez 10–12 minut, obracając, aby równomiernie się przyrumieniły.
- 2 Aby przygotować hummus, zmiksuj wszystkie składniki na gładką, kremową masę. W razie potrzeby dodaj 1–2 łyżki wody, aby uzyskać odpowiednią konsystencję.
- 3 Na talerzu rozsmaruj hummus, ułóż na nim gorące kofty i opcjonalnie udekoruj posiekaną pietruszką, pistacjami, cebulą i podaj z chlebkiem naan.

## Składniki - Ilość osób: 4

♦ = Kotányi Produkty

### Na kofty

500 g	Mielona wołowina
1 szt	Mała czerwona cebula
1 łyżka	♦ Garam Masala mieszanka przypraw
	Oliwa z oliwek do smażenia lub pieczenia

### Na hummus z soczewicy

400 g	Ugotowana czerwona soczewica
0.5 łyżeczki	♦ Kmin Rzymski mielony (Kumin)
1 łyżeczka	♦ Kolendra mielona
2 łyżki	Tahini
1 szt	Ząbek czosnku
50 ml	Oliwa z oliwek
	Sok z połówki cytryny
	Sól do smaku

