

Тефтелі з баранини із йогуртово-м’ятним соусом

40—45 хв

Інгредієнти 4 порц.

= Kotányi Produkte

Для тефтелів:

500 г	Баранячого фаршу
2 ст.л.	Панірувальних сухарів
1 ст.л.	Петрушки подрібненої
1 ч.л.	М'яти подрібненої
1 ч.л.	Пармезану, натертого на тертці
60 мл	Холодної води
1 ч.л.	Кмину меленого
1 щіпка	Чорний перець горошок
	Гімалайська сіль

Для соусу:

200 г	Грецького йогурту
1 ст.л.	М'яти подрібненої
1 ч.л.	Меду
1 ст.л.	Трави італійські

Приготування

1. На першому кроці додаємо в миску всі інгредієнти для тефтелей з баранини, окрім води, і добре перемішуємо. Тепер додаємо воду і знову перемішуємо. Після цього накриваємо миску плівкою і ставимо в холодильник на годину.
2. Змішуємо всі інгредієнти для соусу в мисці і ставимо в холодильник до подачі.
3. Дістаємо суміш для тефтелей з холодильнику. Формуємо кульки розміром з м'яч для гольфу.
4. Розігріваємо сковороду з невеликою кількістю олії. Смажимо кульки на середньому вогні, періодично перевертаючи, 10-12 хвилин. Перекладаємо обсмажені тефтелі на тацю.
5. Подаємо баранячі кульки з соусом та свіжим огірком. Смачного!