



Rindfleisch-Koftas mit cremigem Linsen-Hummus

🕒 35–45 Min   

Zubereitung

- 1 Die Zwiebel fein hacken und mit dem Faschierten und der Garam Masala-Gewürzmischung vermischen. Kleine, wurstförmige Koftas formen. Mit Olivenöl beträufeln und 10-12 Minuten grillen oder backen, dabei wenden, damit sie gleichmäßig garen.
- 2 Für den Hummus alle Zutaten pürieren, bis sie glatt und cremig sind. Bei Bedarf 1-2 Esslöffel Wasser hinzufügen, um eine glattere Konsistenz zu erzielen.
- 3 Hummus auf einem Teller verteilen, die heißen Koftas darauf legen und nach Belieben mit gehackter Petersilie, Pistazien, Zwiebeln und Naanbrot garnieren.

Zutaten für 4 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

Für die Koftas:

500 g	Faschiertes (vom Rind)
1	Kleine rote Zwiebel
1 EL	♦ Curry Powder
	Olivenöl, zum Braten

Für den Linsen-Hummus:

400 g	Gekochte rote Linsen
1 TL	♦ Kreuzkümmel gemahlen
1 TL	♦ Koriander gemahlen
2 EL	Tahini
	Saft von ½ Zitrone
1	Knoblauchzehe
1 TL	♦ Knoblauchscheiben
50 ml	Olivenöl
	Salz nach Geschmack
0.5 TL	♦ Ras el Hanout

