



Cevapcici mit Harissa-Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.

600g Hackfleisch (Lamm oder Rind)

1 Ei, verknüpft

1 Bund glattblättrige Petersilie, fein geschnitten

1 Bio-Zitrone, nur abgeriebene Schale

1 Knoblauchzehe, gepresst

2 EL Couscous

2 EL Rosinen, fein gehackt

1½ EL Dukkah oder Ras el Hanout (Fine Food, siehe Hinweis)

1 TL Salz

Öl zum Braten

¼ TL Dukkah oder Ras el Hanout (Fine Food)

180g griechisches Joghurt nature

1 TL Harissa (siehe Hinweis)

1 TL Olivenöl

1. Fleisch und alle Zutaten bis und mit Salz in einer Schüssel mischen, gut kneten, bis sich die Zutaten zu einer kompakten Masse verbinden. Masse mit nassen Händen zu 12 Rollen formen.
2. Wenig Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Cevapcici portionenweise bei mittlerer Hitze rundum ca. 8 Min. braten, herausnehmen, Dukkah darüberstreuen, warm stellen.
3. Joghurt in ein Schälchen geben, Harissa darauf verteilen, Öl darüberträufeln. Cevapcici nach Belieben an Holzspießchen stecken, dazu servieren.

Dazu passt: Reis.

Hinweis: Dukkah ist eine afrikanisch-orientalische Nuss-Gewürz-Mischung, Harissa eine scharfe nordafrikanische Würzpaste. Beides ist in grösseren Coop Supermärkten erhältlich.

Portion: 745 kcal, F 64g, Kh 10g, E 33g