



Turkse gehaktspiesjes met muntyoghurt en couscous

Datum: 26-09-2016
Type gerecht: Hoofdgerecht
Samengesteld door: Dave Vercoulen
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

Spiesjes:

- 800 gr lamsgehakt
- 2 eieren
- 1 rode peper
- 4 teentjes knoflook
- 2 handjes paneermeel
- 2 theel. komijn
- 2 theel. oregano
- 2 snufjes kaneel
- zeezout
- sateprikkers

Muntyoghurt:

- 8 eetl. Griekse yoghurt
- 2 teentjes knoflook
- 4 takjes munt
- zeezout

Couscous:

- 800 g couscous
- 1 l kippenbouillon
- 4 lente uitjes

Bereidingswijze:

Spiesjes:

Doe het gehakt in een kom. Hak de rode peper (zonder de zaadjes) en de knoflook fijn. Voeg dit bij het gehakt. Voeg een a twee eitjes toe en een handje paneermeel. Breng het gehakt op smaak met de komijn, de oregano een snuf kaneel en zout naar wens. Meng goed door elkaar. Is het mengsel nog te nat? Voeg dan wat extra paneermeel toe. Neem een satéprikker en verdeel wat van het gehakt om de prikker. Druk het stevig aan. Het beste kun je je handen iets nat maken van tevoren. Zorg dat de gehaktspies gelijkmatig is van dikte. Laat de gehaktspiesen even opstijven in de koelkast. Maak in de tussentijd de muntyoghurt.

Muntyoghurt:

Hak de knoflook en de muntblaadjes fijn. Meng dit met de Griekse (of Turkse) yoghurt. Breng de yoghurt op smaak met wat zeezout. Verhit wat olijfolie in een koekenpan en bak de gehaktspiesen rondom aan en gaar. Je kunt ze dus ook op de barbecue leggen.

Couscous:

Snijd de lente uitjes in smalle ringetjes. Breng de bouillon in een middelgrote pan aan de kook. Haal de pan van het vuur, voeg de couscous toe en laat de couscous afgedekt 5 minuten wellen (je kunt er eventueel ook nog enkele tuinerwtjes van het voorgerecht bij doen), tot het vocht is opgenomen.

Maak de couscous af en toe los met een vork. Meng de lente-ui door de couscous.

Serveren:

Server de Turkse gehaktspies met de muntyoghurt en wat couscous.