



Harissa-Koftas vom Walisischen Lamm (g.g.A.) auf mediterrane Art

Zutaten

- 450 g mageres Hackfleisch vom Walisischen Lamm
- 15 ml (1 EL) Harissa-Paste
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 5 sonnengetrocknete Tomaten, gehackt
- Salz und Pfeffer

Bitte vorbereiten: Bambusspieße, eingeweicht in kaltem Wasser

Für den Griechischen Salat:

- 1 große Fleischtomate, grob gewürfelt
- 1 Salatgurke, gewaschen und ungeschält, grob gewürfelt
- 4 sonnengetrocknete Tomaten, gehackt
- 1 Prise getrockneten Oregano
- 50 g Feta-Käse, zerbröselt
- Salz und Pfeffer
- 30 g (2 EL) frische Petersilie, grob gehackt

Dazu: gebackenes Pita-Brot

Zubereitung

1. Hackfleisch vom Walisischen Lamm in große Schüssel geben und Harissa-Paste, Knoblauch, sonnengetrocknete Tomaten sowie Salz und Pfeffer hinzugeben. Alles gründlich vermengen.
2. In 8 Portionen aufteilen und daraus Koftas (längliche Fleischklöße) rollen.
3. Bambusspieße einmal mittig längs durch Koftas schieben und Fleisch drum herum leicht andrücken, um Spieße stabiler zu machen.
4. Koftas auf Teller legen und für 15 – 20 Minuten in den Kühlschrank geben.
5. Jetzt Grill im Ofen vorheizen. Koftas aus dem Kühlschrank nehmen und unter heißem Grill ca. 12 Minuten grillen, bis diese gar und goldbraun sind.
6. Während Grillzeit, gewürfelte Tomate und Gurke, sonnengetrocknete Tomaten, Oregano, Feta-Käse und frische Petersilie in einer Schüssel vermengen und mit Salz



Zubereitungszeit:
45 Minuten

Portionen: 4

Küche:
mediterran/orientalisch

Zuschnitt:
Hackfleisch



und Pfeffer würzen.

7. Koftas mit Griechischem Salat und getoastetem Pita-Brot servieren.