



Kefta-Spieße mit Tomaten-Gurken-Salat von Halima Pflipsen

Zutaten (für vier Personen):

Für die Spieße

500g Rinder- oder Lammhackfleisch

1 rote Zwiebel, sehr fein gehackt

2 EL glatte Petersilie, fein gehackt

2 EL frischer Koriander, fein gehackt

1 TL Kreuzkümmel (Cumin), gemahlen

1 TL Paprikapulver edelsüß

1 TL Ingwer, gemahlen

1 TL Salz (nach Geschmack auch mehr)

1/2 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Metall- oder Holzspieße (Holzspieße vorher eine Stunde in Wasser einweichen, damit sie beim Grillen nicht verbrennen)

Für den Salat

2 Salatgurken, geschält und entkernt

4 reife Tomaten, entkernt und gewürfelt

1 rote Zwiebel, gewürfelt

1 EL glatte Petersilie, fein gehackt

1 EL frischer Koriander, fein gehackt

Saft einer halben Zitrone

1 gehäufte TL Salz (nach Geschmack auch mehr)

1/2 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

6 EL Olivenöl

Zubereitung:

Für die Kefta-Spieße die Zwiebeln schälen und sehr fein hacken oder reiben. Petersilie und Koriander ebenfalls fein hacken. Anschließend das Hackfleisch mit den Zwiebeln, den Kräutern, dem Olivenöl und den Gewürzen in eine Schüssel geben und gründlich verkneten.

Das gewürzte Hackfleisch etwa 15 Minuten ruhen lassen. Danach mit leicht angefeuchteten Händen längliche Spieße formen und auf Holz- oder Metallspieße stecken. Die Kefta-Spieße auf dem Grill oder in einer heißen Pfanne rundherum etwa acht bis zehn Minuten goldbraun garen.



Für den Salat die Tomaten halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Gurke längs halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein würfeln.

Alles in eine Schüssel geben und mit gehackter Petersilie sowie Koriander vermengen. Zitronensaft und Olivenöl hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Salat vor dem Servieren etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Die heißen Kefta-Spieße zusammen mit dem frischen Salat anrichten und mit Fladenbrot servieren.

Tipp: Traditionell werden zu dem Fleischspießen kleine Schälchen mit Kreuzkümmel und Salz zum Nachwürzen serviert.