

# KEFTA MAROCAINE BIEN GRILLÉE DE CAJOU CUISINE



Préparation    **15 minutes**  
Temps total :    **30 minutes**

---

## INGRÉDIENTS

500 g Viande hachée (agneau ou bœuf)  
1 Oignon  
1 paquet Menthe fraîche  
1 c. à thé Cumin moulu  
1 c. à thé Coriandre moulue  
1 c. à thé Paprika  
1 c. à thé Sel  
1 paquet Brochettes en bois

---

## MÉTHODE

1. Mettre la viande hachée dans un grand bol.
2. Couper en très petits morceaux l'oignon et la menthe.
3. Ajouter l'oignon haché et la menthe au mélange de viande.
4. Ajouter les épices.
5. Bien mélanger le tout ensemble.
6. Les mains mouillées, prendre une boule de viande hachée et la rouler entre les mains afin de lui donner une forme allongée. Piquer la kefta sur la brochette. Recommencer l'exercice pour créer plusieurs brochettes avec le reste de la viande hachée.
7. Faire chauffer le barbecue ou la poêle.  
Faire griller les keftas de chaque côté (environ 15 minutes).

## SECRET DE CHEF

Servir avec du pain pita, une sauce au yogourt et à la menthe et un demi citron. Bon appétit!