

ΑΦΟΙ ΧΑΪΤΟΓΛΟΥ Α.Β.Ε.Ε.



Κεφτέδες με πληγούρι

ΥΛΙΚΑ

- 1 κιλό κιμά μισό-μισό
- 2 κρεμμύδια
- 1 ντομάτα μεγάλη
- 1 πιπεριά πράσινη και μία κόκκινη, αλεσμένες στο blender
- Μαϊδανό
- 2 αυγά
- 200 γρ. ψίχα ψωμί βρεγμένο & στραγγισμένο
- 200 γρ πληγούρι φουσκωμένο με 200 ml νερό
- 1 κουταλάκι μπέικιν παουντερ
- Αλάτι, πιπέρι, ρίγανη
- Παρθένο Σησαμέλαιο για το τηγάνισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί και για πολύ ώρα μέχρι να ομογενοποιηθούν. Τυλίγουμε τη μάζα σε μεμβράνη και την τοποθετούμε όλο το βράδυ στο ψυγείο. Την επόμενη μέρα την πλάθουμε πάλι, προσθέτουμε το μαϊντανό, πλάθουμε τους κεφτέδες, τους αλευρώνουμε και τους τηγανίζουμε σε Παρθένο Σησαμέλαιο.

** Τους σερβίρουμε με καλοκαιρινή σαλάτα που μπορεί να περιέχει ρόκα, κόλιαντρο, κρεμμύδι, κύβους ντομάτας που αφού τους βρέξουμε με λίγο ξύδι, τους ανακατεύουμε καλά και στη συνέχεια προσθέτουμε χοντρό αλάτι και Παρθένο Σησαμέλαιο.*