

Jagnjeće kofte: Gastronomad – nova epizoda u nedelju, 11. maja, u 17:05, na RTS 1

Bliskoistočna kuhinja veoma je zdrava, obiluje povrćem i začinima, a poznata je i po maslinovom ulju, koje se se dodaje u većinu jela i salata. Jagnjeće kofte tradicionalno su jelo ovog regiona, ali su prisutne i u kuhinjama severne Afrike, Balkana i centralne Azije. Reč “kofta” potiče iz persijskog jezika i znači usitniti, pa se, pre svega, odnosi na mleveno meso koje se koristi kao osnova. Kofte se prave od mlevenog jagnječeg mesa začinjenog lukom, belim lukom i začinima kao što su kumin, korijander, paprika. U meso se dodaje i sveže bilje poput peršuna ili nane. Kofte se mogu oblikovati u loptice, pljeskavice ili valjkaste oblike, a najčešće se peku na roštilju ili u rerni i služe uz sos od jogurta, humus ili kus-kus.

Naš gastronomad Nikola Vučković vodi nas na putovanje na Bliski istok i priprema jagnjeće kofte po tradicionalnom receptu. Prijatno gledanje!