

## کوفته‌ی گوشت با سس

دمای فر را روی 450 درجه فارنهایت یا 230 درجه سانتی‌گراد تنظیم نمایید.



### مواد لازم:

پودر سوخاری یا نان خشک آسیاب شده نصف فنجان

شیر نصف فنجان

گوشت بره چرخ شده 600 گرم

تخم مرغ زده شده 1 عدد

سیر تازه 3 حبه

روغن زیتون 2 قاشق غذاخوری

رب گوجه فرنگی 1 قاشق غذاخوری

زیره سبز آسیاب شده 1 قاشق غذاخوری

نمک یک و نیم قاشق چای‌خوری

پودر فلفل سیاه نصف قاشق چای‌خوری

پودر دارچین نصف قاشق چای‌خوری

پودر فلفل قرمز یک چهارم قاشق چای‌خوری

سس گوجه فرنگی 3 فنجان

آب مرغ 1 فنجان

نعنای تازه و خرد شده 2 قاشق غذاخوری

فلفل قرمز رنده شده کمی

### روش تهیه:

\* دمای فر را روی 450 درجه فارنهایت یا 230 درجه سانتی‌گراد تنظیم نمایید.

\* سطح سینی فر را با فویل آلومینیومی بپوشانید و آن را کمی چرب کنید.

\* پودر سوخاری و شیر را با هم مخلوط نمایید. حدود 30 دقیقه صبر کنید تا شیر کاملاً جذب پودر سوخاری شود .

\* سیر را با رنده ریز، رنده بفرمایید. سپس آن را همراه با گوشت چرخ شده و تخم مرغ و روغن زیتون و رب گوجه و زیره و نمک و دارچین و فلفل سیاه و قرمز، به مخلوط شیر و آرد سوخاری اضافه نمایید. همه مواد را کاملاً ورز دهید تا صاف و یکدست شوند.

\* با قاشق مقداری از مایه آماده شده را بردارید، میان دستانتان ورز دهید و به شکل توپ‌های کوچک در بیاورید و در سینی فر بچینید.

\* آن‌ها را حدود 15 دقیقه داخل فر گرم شده، قرار دهید تا کمی تیره رنگ شوند.

\* سپس آن‌ها را بیرون بیاورید و مدت کمی منتظر بمانید. بعد از مدت کمی آن‌ها را همراه با سس گوجه و آب مرغ و نعناع خرد شده تازه و فلفل قرمز داخل قابلمه بریزید و روی حرارت متوسط قرار دهید.

\* زمان پخت حدود 45 دقیقه می‌باشد که بستگی به پخت کامل توپ‌های گوشتی، دارد.