

## Kefta d'agneau et taboulé aux herbes fraîches

---

Pour 4 personnes  
15 minutes de préparation

### Ingrédients

500 à 600g d'épaule d'agneau hachée  
1 c. à soupe de cumin  
1 c. à soupe de piment de Cayenne  
1 c. à soupe d'estragon  
1 c. à soupe de coriandre en poudre  
2 c. à soupe de paprika  
1 poignée de menthe fraîche  
1 poignée de coriandre fraîche  
Sel, poivre  
8 piques à brochettes

250g de semoule  
Huile d'olive  
Vinaigre de miel (Melfort)  
Quelques brins de ciboulette  
Quelques feuilles de menthe  
Quelques brins de marjolaine



### Préparation

Versez la semoule dans un saladier et mouillez avec la même quantité de liquide. Ce liquide doit être composé d'environ 1/3 d'eau, 1/3 d'huile d'olive et 1/3 de vinaigre. Salez et poivrez.

Placez le saladier au frais et attendez que la semoule soit bien gonflée (environ 1 heure).

Ciselez la poignée de menthe et de coriandre. Mélangez l'agneau aux épices et aux herbes. Réalisez des boudins et piquez-les sur les brochettes.

Faites dorer et cuire les keftas dans une poêle ou sur une plancha.

Ciselez le reste de menthe, marjolaine et ciboulette, mélangez-les au taboulé et servez avec les keftas.