

# Cacik, Kefta et Boulgour (Turquie)

- **CACIK**

Peler les concombres, les couper en tout petits morceaux.  
Verser le fromage blanc dans un plat, ajouter le Nané (100g)  
puis l'huile d'olive (10 cl), 10 cl d'eau fraîche,  
un peu de sel les concombres et l'ail déshydraté.  
Se sert frais en entrée

- **KEFTA**

Mélanger la viande hachée de bœuf, avec du poivre en bonne quantité,  
du sel, de la mie de pain, de l'huile d'olive,  
le persil haché, un peu d'ail déshydraté.  
Former des petits steaks et les faire revenir à la poêle avec de l'huile d'olive

- **BOULGOUR**

Faire revenir le boulgour (blé) dans de l'huile chaude, puis recouvrir d'eau  
chaude salée, à peine au dessus du boulgour,  
couvrir et laisser cuire quelques minutes

Participants:

Sinan  
Sylvie  
Isabelle  
Annie  
Florida  
Fatima  
Régine  
Ouarda  
Ysa  
Mamie Jo  
Fabrice  
Eric  
Françoise

- Concombres (2)
- Fromage blanc (1 kg)
- Nané (mélange d'herbes)
- Ail déshydraté
- Boulgour 500g
- 500g de bœuf haché
- 1 bouquet de persil
- Mie de pain