



Κεφτεδάκια με πατάτες

20'

Χρόνος
Εκτέλεσης

1 ώρα'

Χρόνος
Αναμονής

6'

Χρόνος
Ψησίματος

20-25

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

Για τη σως

- Σε ένα μπολ βάζουμε το γιαούρτι, το ξύσμα από το λεμόνι, 1 κ.σ. ελαιόλαδο, τον δυόσμο, αλάτι, πιπέρι και ανακατεύουμε.
- Προσθέτουμε το ούζο, ανακατεύουμε καλά και αφήνουμε στη άκρη.
- Το γιαούρτι πρέπει να είναι στραγγιστό για να απορροφήσει την υγρασία από τα υπόλοιπα υλικά.

Για τα κεφτεδάκια

- Σε ένα μπολ με νερό, βάζουμε το ψωμί για να μουλιάσει.
- Στίβουμε καλά με τα χέρια μας ώστε να φύγει όλο το νερό και μεταφέρουμε σε ένα άλλο μπολ.
- Προσθέτουμε τον χοιρινό και τον μοσχαρίσιο κιμά, τα αυγά, τον μαϊντανό ψιλοκομμένο, τη ρίγανη, το σκόρδο ψιλοκομμένο, το κρεμμύδι ψιλοκομμένο, τον δυόσμο ψιλοκομμένο, το κύμινο, το πιπέρι, το αλάτι, 3 κ.σ. ελαιόλαδο και ανακατεύουμε πολύ καλά μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Σημαντικό να αλατίσουμε τον κιμά γιατί δεν μπορούμε να προσθέσουμε αλάτι μετά το τηγάνισμα.
- Βάζουμε στο ψυγείο για 1 ώρα, καλυμμένο με διάφανη μεμβράνη.
- Τοποθετούμε ένα **τηγάνι** με ηλιέλαιο σε μέτρια προς δυνατή φωτιά να κάψει. Θέλουμε το ηλιέλαιο να καλύπτει τα κεφτεδάκια όταν θα τηγανίζονται.
- Πλάθουμε σε 20 μπαλάκια (20-25 γρ. το κάθε ένα) και τα περνάμε από το αλεύρι.
- Φροντίζουμε να φύγει το παραπανίσιο αλεύρι και τα βάζουμε σε δύο δόσεις στο τηγάνι με το καυτό ηλιέλαιο.
- Τηγανίζουμε για 2-3 λεπτά μέχρι να πάρουν χρυσαφένιο χρώμα. Ανακατεύουμε ανά τακτά χρονικά διαστήματα.
- Αφαιρούμε και τα βάζουμε σε απορροφητικό χαρτί ώστε να φύγει το περιττό λάδι.
- Σερβίρουμε με τις **τηγανητές πατάτες**, τη σως και φύλλα δυόσμου.

Συστατικά

Για τη σως

- 300 γρ. γιαούρτι στραγγιστό
- Ξύσμα λεμονιού, από 1 λεμόνι
- 1 κ.σ. ελαιόλαδο
- 2 κ.σ. δυόσμο
- αλάτι
- πιπέρι
- 30 γρ. ούζο

Για τα κεφτεδάκια

- 120 γρ. ψωμί, μαγαιάτικο, σε φέτες
- 250 γρ. κιμά χοιρινό
- 250 γρ. κιμά μοσχαρίσιο
- 2 αυγά
- 2 κ.σ. μαϊντανό
- 1 κ.σ. ρίγανη
- 1 σκ. σκόρδο
- 1 κρεμμύδι
- 1 κ.σ. δυόσμο
- 1 κ.γ. κύμινο
- πιπέρι
- 1 κ.σ. αλάτι
- 3 κ.σ. ελαιόλαδο
- αλεύρι γ.ο.χ., για πανάρισμα
- 1 λίτρο ηλιέλαιο

Για το σερβίρισμα

- [πατάτες τηγανητές](#)
- φύλλα δυόσμου

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

110 Θερμίδες (kcal)	6.8 Λιπαρά (γρ.)	2.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	5.0 Υδατ/κες (γρ.)
6%	10%	10%	2%
1.0 Σάκχαρα (γρ.)	6.5 Πρωτεΐνη (γρ.)	0.5 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.52 Αλάτι (γρ.)
1%	13%	2%	9%