

Συνταγή για αφράτα κεφτεδάκια φούρνου, με μυρωδικά, ντομάτα και φέτα που κάνουν τη ζύμη πεντανόστιμη και ζουμερή. Φτιάξτε κεφτεδάκια ψητά στο φούρνο χωρίς τα περιττά λάδια του τηγανίσματος, εύκολα και υγιεινά!

## Τι θα χρειαστείτε

600 γρ. μοσχαρίσιος κιμάς

1 μεγάλο τριμμένο κρεμμύδι

2 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες

80 γρ. φέτα

3 πρέζες ξερό δυόσμο

1 χούφτα ψιλοκομμένο μαϊντανό

1 κ.σ. ξερή ρίγανη

1 ντομάτα στον τρίφτη

4 κ.σ. φρυγανιά ή 2 φέτες μπαγιάτικο ψωμί μουσκεμένο και στιμμένο

1 κ.σ. μουστάρδα

1 αυγό

Αλάτι και πιπέρι

2 κ.σ. ελαιόλαδο

1 σφηνάκι χλιαρό νερό

# Αφράτα κεφτεδάκια φούρνου

## Εκτέλεση συνταγής

Σε μεγάλο μπολ ανακατεύουμε τον κιμά, το τριμμένο κρεμμύδι, το σκόρδο, το ψωμί ή τη φρυγανιά, την τριμμένη ντομάτα, τα μυρωδικά, τη μουστάρδα και το αυγό. Χοντροτρίβουμε τη φέτα και την βάζουμε και αυτή στο μίγμα. Προσθέτουμε αλατοπίπερο, 2 κ.σ. λάδι και λίγο χλιαρό νεράκι. Ζυμώνουμε καλά τον κιμά, τουλάχιστον 5 λεπτά, να αφρατέψει και να ομογενοποιηθεί το μίγμα.

Ιδανικά, αφήνουμε τουλάχιστον μισή ώρα το μίγμα να "ανταλλάξει" αρώματα και γεύσεις.

Στρώνουμε ένα ταψί με χαρτί ψησίματος. Πλάθουμε κεφτεδάκια και τα τοποθετούμε στο ταψί. Ραντίζουμε με λίγες σταγόνες ελαιόλαδο και ψήνουμε στον φούρνο, στους 200°C για περίπου 30 λεπτά ή μέχρι να πάρουν λίγο χρώμα τα κεφτεδάκια μας.

Μπορούμε να τα απολαύσουμε σκέτα ή να τα σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας.

Καλή όρεξη!

Αν σας άρεσε αυτή η συνταγή δείτε και τα [αφράτα κεφτεδάκια κοτόπουλο στο φούρνο](#) και τα τέλεια μαμαδίστικα [μπιφτέκια αφρός](#)

# Αφράτα κεφτεδάκια φούρνου

## Βήμα προς Βήμα

- 1 Σε μεγάλο μπολ ανακατεύουμε τον κιμά, το τριμμένο κρεμμύδι, το σκόρδο, το ψωμί ή τη φρυγανιά, την τριμμένη ντομάτα, τα μυρωδικά και το αυγό.
- 2 Χοντροτρίβουμε τη φέτα και την βάζουμε και αυτή στο μίγμα. Προσθέτουμε αλατοπίπερο, 2 κ.σ. λάδι και λίγο χλιαρό νεράκι.
- 3 Ζυμώνουμε καλά τον κιμά, τουλάχιστον 5 λεπτά, να αφρατέψει και να ομογενοποιηθεί το μίγμα. Ιδανικά, αφήνουμε τουλάχιστον μισή ώρα το μίγμα να "ανταλλάξει" αρώματα και γεύσεις.
- 4 Στρώνουμε ένα ταψί με χαρτί ψησίματος. Πλάθουμε κεφτεδάκια και τα τοποθετούμε στο ταψί. Ραντίζουμε με λίγες σταγόνες ελαιόλαδο και ψήνουμε στον φούρνο, στους 200°C για περίπου 30 λεπτά ή μέχρι να πάρουν λίγο χρώμα τα κεφτεδάκια μας. Μπορούμε να τα απολαύσουμε σκέτα ή να τα σερβίρουμε με σάλτσα ντομάτας. Καλή όρεξη!