BAHARATLI TAVUK KÖFTESİ

60 g (yaklaşık 1/2 su bardağı) bulgur
12 kakule (yalnız çekirdekleri)
250 g tavuk göğsü (derisi ve kemikleri alındıktan sonra kıyılmış)
bir tutam kişniş
bir tutam kimyon
1/2 demet taze nane (ince kıyılmış)
1 diş sarımsak (dövülmüş)
1/2 tatlı kaşığı tuz
bir tutam taze çekilmiş karabiber
2 tatlı kaşığı zeytinyağı
limon dilimleri (süsleme için)

Bulguru küçük bir tencereye koyup, üstüne 1 cm taşacak kadar su doldurun. Tencereyi ateşe oturtup, bir taşım kaynatın. Kaynayınca ateşi kısıp, tencerenin kapağını kapatarak, bulgur iyice yumuşayana ve suyu bütünüyle çekene kadar (15 dakika) pişirin. Tencereyi ateşten alıp, bir kenarda demlenmeye bırakın.
Kalın dipli bir tavaya kakule çekirdeklerini koyup, tavayı ateşe oturtarak, çekirdekleri çatlayıp açılana kadar (yaklaşık 1 dakika) pişirin. Tavayı ateşten alıp, çekirdekleri havanda ya da merdaneyle ezerek toz haline getirin. Önce fırınınızın ızgarasını iyice ısıtın. Tavuk parçaları, toz haline getirdiğiniz kakule, kişniş, kimyon, taze nane, sarımsak, tuz ve karabiberi blendıra koyup, hamur haline gelinceye kadar (birkaç saniye) karıştırın. Haşlanmış bulguru ekleyip, yeniden iyice karıştırın. Karışımı bir kâseye aktarıp, 30 yuvarlak köfte yapın. Köfteleri, zeytinyağına bulayıp, bir tepsiye dizin. Tepsiyi fırına sürüp, köfteleri üstleri kabuk bağlayarak altın sarısı bir renk alıncaya kadar (4 - 5 dakika) pişirin. Tepsiyi fırından alıp, köfteleri geniş birtabağa çıkararak, yanlarında limon dilimleriyle servis yapın.

ML® Domatesli Tavuk Köftesi için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:28042 • adı:Baharatlı Tavuk Köftesi • gönderen:ASIK • indirme tarihi:11.05.2024 - 02:08