



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.ilezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

BULGURLU KÖFTE

Yarım kilo köftelik bulgur
750 gr. kıyma
1 tane iri soğan
1 tutam maydanoz
1 adet yumurta
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı toz biber
Pul biber

Robotun içine bulguru ve kıymanın yarısından azını koyun. Rondodada çevirin. Daha sonra bir kaba boşaltıp 1 yumurta kırın. Kırılmış maydanoz ve baharatlarını ilave edin. Diğer bütün malzemeleride ekleyip güzelce yoğurun. Elinizi ara ara suya batırarak köftelere şekil verin. Tepside yağ ilave ederek yüksek ateşte pişirin.

