



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU SULU KÖFTE

1 su bardağı ince bulgur
1 adet kuru soğan
250 gr kıyma
8-10 dal maydanoz
Tuz, karabiber, toz kırmızı biber
Suyu için:
1 çorba kaşığı domates salçası
Yarım çorba kaşığı biber salçası
2 su bardağı su
3 çorba kaşığı sıvı yağ
Tuz

Soğan rendelenir, bulgurla karıştırılır. 10 dakika sonra diğer köfte malzemeleri eklenir, özleşene dek yoğrulur. Misket şeklinde köfteler yapılır. Diğer tarafta sos malzemesi bir tencereye konur. Kaynayınca köfteler atılır. 15 dakika kısık ateşte pişirilir.