



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DİL PEYNİRLİ KÖFTE DOLMASI

- 1 kg kıyma
- 3 adet soğan
- 4 kaşık galeta unu
- 2 adet yumurta
- Yarım bağ maydanoz
- 2 tatlı kaşığı kimyon
- 2 tatlı kaşığı karabiber
- 1 avuç antepfıstığı
- 2 çorba kaşığı köfte baharı
- 2 parça dil peyniri

Kıymayı çukur bir kaba koyun ve 2 adet yumurtayı, ince doğranmış 3 adet soğanı ve 2 tatlı kaşığı kimyon, karabiber ile 2 çorba kaşığı köfte baharını ekleyip yoğurun. En son ince kıyılmış yarım bağ maydanozu ve biraz büyük parçalar halinde dövdüğünüz 1 avuç antepfıstığını ekleyin. Sonra da yavaş yavaş galeta ununu katın. Etin ve soğanın su oranına göre köftenizin kıvamı da değişiklik gösterebilir, ama elinizle top yaptığınızda yapışmayacak ya da kuru kalıp parçalanmayacak bir kıvamı tutturmanız gerek. Kıvamı tutturunca, kıymanızı elinizde açın ve tam ortasına, kenarları 2 cm. yüksekliği de 1 cm. olan parçalar halinde kestiğiniz dil peynirlerini koyun; sonra katlayıp normal dolma görünümüne kavuşturun. Tavada sıvıyağda kızartın.

