



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GALETA UNLU BALIK KÖFTESİ

1 adet palamut
1 adet soğan
1 adet yumurta
Maydanoz
Bayat ekmek
Galeta unu

Palamutu haşlayıp kılçıklarını ayıklayın.

Soğanı rendeleyin.

Yumurta, kıyılmış maydanoz ve bayat ekmek içi ile köfte harcını yoğurun.

Uzunlamasına köfteleri hazırlayıp galeta ununa bulayıp kızgın yağda kızartın.