



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞARK KÖFTESİ

2 orba kaşığı un
1 adet yumurta akı
1 su bardađı yođurt
2 su bardađı ince bulgur
1.5 su bardağı sıcak su
1 adet kuru sođan
2 diř sarımsak
2 orba kaşığı margarin
2 orba kaşığı kuru nane
Arzu edildiği kadar tuz,kırmızı pul biber

Bulguru bir tencereye alın. Sıcak su ilave edin. Bulgur yumuşayana kadar bekletin. Tencereye nane, rendelenmiş kuru soğan, un, yumurta akı ve tuz ilave edin. İyice yoğurun. Ceviz büyüklüğünde parçalar koparın. Oval köfteler yapın. Başka bir tencereyi suyla doldurulup tuz ilave edin ve kaynatın. Köfteleri ekleyip haşlayın. Kevgirle sudan alıp kabaklara paylaşırın. Sarımsakları ezip yoğurtla karıştırın. Köftelerin üzerine yayın. Margarini tavada eritin. Kırmızı pul biber ilave ederek kızdırın. Köftelerin üzerine dökün. Sıcak olarak servis yapın.