



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞARK KÖFTESİ

2 su bardağı ince bulgur
1 avuç kuru nane yaprağı
6 adet soğan
2-3 kaşık un
1 yumurta akı
3 kaşık margarin
2 çay kaşığı kırmızı biber
750 gr. yoğurt
3 diş sarımsak
Tuz

- 1- Bulgur ayıklanıp üzerine 2 bardak kaynar su serpilip, kapak kapatılır ve kabarması beklenir.
- 2- İçine nane ufalanır, 1 soğan rendelenir. Tuz, un ve 1 yumurta akı konarak iyice yoğrulur. (Arasıra su serpilir.)
- 3- Avuç içinde sıkarak küçük köfteler yapılır.
- 4- Tuzlu kaynar suda dağıtmadan haşlanır. (Suyu fazla kaynatmamalıdır.)
- 5- Soğan yarım halka şeklinde doğranıp yağda gevrek olarak kızartılır, kırmızı biber konur.
- 6- Köfteler suyundan alınıp üzerine sarımsaklı yoğurt sonra da soğan kavurması dökülür.