



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATATESLİ BULGUR KÖFTESİ

Malzemeler

Köfte hamuru için:

1 su bardağı yarma

1 su bardağı köftelik bulgur

2 yemek kaşığı un

1 tatlı kaşığı tuz

1,5 su bardağı ılık su.

İç harcı için:

6 adet orta boy patates

1 baş kuru soğan

2 yemek kaşığı zeytinyağı

1 tatlı kaşığı pul biber

1 tatlı kaşığı tuz.

Haşlamak için:

2 veya 2,5 litre kaynamış su

1 yemek kaşığı tuz.

Sosu için:

2 yemek kaşığı tereyağı

2 tatlı kaşığı pul biber

1 kase yoğurt

1 diş sarımsak

Patatesleri haşlayın. Patates haşlanırken yarma, bulgur, 1 tatlı kaşığı tuz ve 1,5 su bardağı suyu derin bir kaba alın. Üzerini folyoyla kapatıp yarma ve bulgur suyu tamamen çekene kadar-yaklaşık 45 dakika- bekletin. Patatesler soğuyunca rendeleyip tuz ile karıştırın. Soğanı yemeklik doğrayıp yağda kavurun. Pembeleşince pul biber ile karıştırın. Patatesi ve pul biberli soğanı iyice birbirine yedirin. Suyu tamamen çeken yarma ve bulguru 15-20 dakika yoğurarak -arada unu serpiştirerek- hamur haline getirin. Köfte hamurundan cevizden büyük, yumurtadan küçük parçalar koparın. Kopardığınız parçaları önce kurabiye gibi yuvarlayın, ardından avucunuzun içinde düzelterek açın. Ortalarına patatesli harçtan 1 tatlı kaşığı koyun ve parmaklarınızla bohça gibi büzerek kapatın. İki elinizle hafifçe yuvarlayarak köftenize oval şekli verin. Tüm köfteleri bu şekilde kapatın. Haşlamak için derin bir tencereye suyu ve tuzu koyup kaynatın. Kay-nayınca köfteleri 2 parti halinde 12-13 dakika haşlayın. Tereyağını kızdırıp pul biberle karıştırın. Sarımsağı dövüp yoğurda ekleyin. Haşladığınız köfteleri servis tabağına alıp üzerlerine yoğurt ve sos dökerek servis yapın.

[ML® Domatesli Bulgur Köftesi için tıklayın](#)