



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TAVUK KÖFTESİ

### Malzeme

1 adet tavuk,  
4 adet yumurta,  
2 bardak galeta tozu veya un,  
2 bardak zeytinyağı veya kızartma yağı,  
2 kaşık yağ (Margarin),  
2 kaşık un,  
1 fiske hindistancevizi kabuğu rendesi,  
2 bardak tavuk suyu,  
tuz,  
karabiber.

### Yapılışı:

- 1- Tavuğu temizleyip yıkayıp, soğuş olarak pişiriniz.
- 2- Butlanın ve diğer kısımlarını diderek bezelye büyüklüğünde doğrayınız.
- 3- Tuz, karabiber serpip bir yere bırakınız,
- 4- 2 kaşık yağ ve 2 kaşık unu birtencerede pembeleşmeden kavurunuz.
- 5- İçerisine 2 bardak tavuk suyunu azar azar ilave edip boza kıvamına gelinceye kadar pişiriniz.
- 6- Sonra içerisine hazırlanmış tavuk etini, hindistancevizi rendesini koyunuz.
- 7- Ateş üzerinde bir iki defa karıştırıp alınız.
- 8- Soğutmaya bırakınız.
- 9- Soğuyan karışımdan bir yumurta kadar parçalar alıp oval şekil veriniz.
- 10- Galeta tozu veya un serpilmiş tepsiye koyunuz,
- 11- Üzerine de galeta veya un serpiniz.
- 12- Yumurtaları bir kaba kırıp çatalla karıştırarak akı ve sarıyı iyice karıştırınız.
- 13- Tepsiden köfteleri birer birer alıp yumurtaya batırınız. Arzu ederseniz tekrar galeta tozuna batırıp düzelterip kızdırılmış zeytinyağına atıp her tarafını pembe renkte kızartınız.
- 14- Kızaran köfteleri kağı yayılmış bir kaba çıkarınız.
- 15- Servis tabağına dizip üzerini maydanoz dallarıyla süsleyiniz.

[ML® Güvercin Bunu için tıklayın](#)