



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YOĞURTLU KÖFTE

500 gr. ince bulgur  
1 soğan  
Tuz  
1 yumurta  
250 gr. yoğurt  
4 diş sarımsak  
1 avuç un  
Kırmızı biber

Bir kaba, çok ince çentilmiş soğan, tuz, un, kırmızı biber, yumurta konup karıştırılır. Su yardımı ile çok iyi yoğrulur. Bulgur kendini tutunca fındıktan büyük parçalara bölünpü elle yuvarlanır. Bir tencereye su ve tuz konup kaynatılır. Köfteleri ilave edilir, (suyun fazla olmaması gerekir.) Köfteler pişince ocaktan alınıp soğutulur. Sarımsak ezilip yoğurda karıştırılır. Yoğurtlu sarımsak köfteye ilave edilerek karıştırılır. Servis tabağına alınıp üzerine kırmızı biberli yağ gezdirilir.