



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEPSİ KÖFTESİ

1 kilo kıyma (çift çekilmiş)
5 soğan
2 domates
3 biber
yarım demet maydanoz
3 kaşık domates salçası
3 kaşık margarin
2 kaşık biber salçası
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı tuz

Fırın tepsisine soğanların 4 tanesini jülyen doğra tepsiye döşe, ayrı bir kaptaki 1 soğan, maydanoz, tuz karabiber, 2 kaşık domates salçası, 1 kaşık biber salçası kimyon ve karabiberi birazcıkta margarin koy yoğur. Yoğurduğun harcı parça parça olarak soğanın üstüne döşe elle bastır sonra geride kalan salçamızı 1 fincan yağ yarım su bardağı suyla sulandır üzerine dök. Domates ve biberle süsle 200 derecede fırında pişir.