



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HAVUÇLU SAHAN KÖFTESİ

450 gr kıyma
1 adet orta boy havuç
4 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 kahve fincanı sıvıyağ

Havuç iri rendelenir, sarımsak ezilir. Diğer malzemeler katılır ve bütünleşene kadar yoğrulur. Sonra arzu edilen şekilde köfteler yapılır. Yağlanmış bir tavaya konur. Kapak kapatılır, ara sıra sallayarak pişirilir.