



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE (ELAZIĞ)

Elazığ Valiliği

1 kg yağsız kıyma
500 gr yağlı kıyma (içinde kullanılır)
1 kg bulgur (ince)
4 baş soğan
100 gr ceviz
1 paket margarin (125 gr) veya sıvı yağ
1 demet maydanoz
Karabiber
1 kaşık salça
1 yumurta

Soğan küçük küçük doğranır, kıyma margarinle beraber orta dereceli ateşte kızartılır. Bir kaşık salça ilave edilerek karıştırılır. Maydanoz, karabiber ve ceviz içi dökülerek tekrar karıştırılıp ateşten alınır ve donmaya bırakılır. .

DIŞI:

Yağsız kıymaya tuz atılarak biraz yoğrulur. Hafif sulandırılan kıymaya bulgurun tamamı ilave edilip yumurta kırılarak iyice yoğrulur.

Ceviz kadar parçalar alınarak daha önce hazırlanan iç harçtan parmak yardımıyla açılan köftelerin içine birer kaşık konularak kapatılır.

Köfte yapımı bitince genişçe bir tavaya margarin veya sıvı yağ konup eritilir, bir kaşık salça konularak karıştırılır, buna bir litre su konup kaynatılır.

Kaynayan salçalı suya köfteler tek sıra dizerek on dakika pişirilir.

Sıcak olarak servis yapılır.

