



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE (SİVAS)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

İçi İçin:

500 g Yağlı Kıyma

3 Adet Kuru Soğan

1 Çay Kaşığı Karabiber

1 Çay Kaşığı Kırmızıbiber

1 Tatlı Kaşığı Biber Salçası

1 Tatlı Kaşığı Tuz

2 Yemek Kaşığı Yağ

Dışı İçin:

250 g İnce Bulgur

250 g Yağsız Kıyma (iki defa çekilmiş)

Tuz

2 Yumurta

2 Yemek Kaşığı Un

İnce, köftelik bulgur soğuk bu ile ıslatılır ve tuz da konularak iki saat bekletilir. İki yemek kaşığı un, iki yumurta ve 300 g kıyma katılarak yoğrulur. Köftenin içi şöyle hazırlanır. Soğanlar, küçük kareler halinde doğranır ve kıyma ile kavrulur. Kışık ev kıyması ile yapılırsa daha lezzetli olur. İç hazırlanırken, arzuya göre bir tatlı kaşığı salça ilave edilebilir. Tuz, kırmızıbiber, karabiber eklenerek ateşten alınır. Soğuyunca, doğranmış maydanoz ve dövülmüş ceviz içi katılarak hazır edilir. Yoğrulan bulgurdan alınan ufak yumaklar açılarak içine hazırlanan karışımdan konularak kapatılır. Kaynayan suda haşlandıktan sonra, tabağa alınarak, arzuya göre üzerine eritilmiş tereyağı ekilir.

