



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE (SİVAS)

Sivas Kültür ve Turizm Müdürlüğü

İnce bulgur, çok az un ile iyice yoğrulunca içine birkaç da yumurta kırılır. İsteyenler dışına çekilmiş et katabilirler. Bu şekilde yoğrulması daha kolay olur. Ayrıca köfte yapmadan birkaç saat önce ince bulgur, soğuk suyla ıslatılır ki kolay yoğrulsun. Köftenin ince yoğrulduğunu anlamak için elde sıkılan iç, hızlıca yoğrulma kabına atılır, dağılmıyorsa olmuş demektir. Köftenin içini hazırlamak için bir tavaya bol soğan (kare şeklinde doğranmış) yağ, kıyma, tuz, biber, baharat koyulup pişirilir. Soğuyunca kıyılmış maydanoz dövülmüş ceviz katılıp, iyice donması beklenir. Genellikle evlerde biri yoğururken diğeri içi hazırlar. Hele bu işi gelinler yapıyorsa yoğuran maharetini göstermek için, iç hazırlanana kadar o işini bitirmiş olur. Evdeki talihliyi bulmak veya dilek dilemek için madeni bir para iyice yıkanıp köftenin içine konur. İsteyenler aynı amaçla zeytin ve çeyrek altında koyabilir. Köftenin çok maharet isteyen bir yönü de iç konacak köftenin ince açılmasıdır, bu işi en iyi şekilde yapan hanımlar adeta meleke sahibi olmuşlardır. Avuç içinde yuvarlanarak açılan köftelerin içine bol iç koyulur. Bazı evler haşlanmış köfteleri yumurta, az un ve su karışımına (herleye) batırarak kızartırlar. Bazıları ise haşlanmış sıcak köftenin üzerine kızdırılmış tereyağı (sade yağ) ekip sofraya getirirler.

Not: Sivas'ta içli köftenin 'içli köfte' gibi söylenmesi sanki bu yemeğinin işinin çok olduğunu hatırlatır gibidir.