



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## IROK (MARDİN)

Nedim Atilla

Aya Köfte - Kutsanmış köfte

60 köfte için MALZEMELER:

1 kg ince bulgur  
500 gram çiğköftelik dana eti (ismeyt)  
500 gram kıyma  
3 yumurta  
50 gram kişniş  
50 gram margarin  
4 adet soğan (orta büyüklükte)  
1 demet maydanoz  
1 demet tere  
Kabartma tozu  
Zeytinyağı

**İÇ HAZIRLAMA:** İnce ince doğranan soğanlar ve kıyma, margarinle beş dakika kavrulur ve ateşten alınır, ince kıyılmış maydanozlar eklenip karıştırılır.

**HAMUR HAZIRLAMA:** ince bulgura biraz su serpilir ve bekletilir. Dana eti dövülerek çiğköftelik hale getirilir.

Bulgura eklenir ve iyice yoğrulur. Et ve bulgur bir hamur haline geldikten sonra kişniş, yumurta ve kabartma tozu da eklenip biraz daha yoğrulur. Hamur, ceviz büyüklüğünde parçalara ayrılır. Her parça elle yumurta şeklinde açılır, hazırlanan iç doldurulur ve ağzı sıkıca kapatılır. İki el arasında, tam ay biçiminde düzgün bir şekil verilir ve kızartılır. Tere ile servis edilir.

[ML® Kahriyat için tıklayın](#)