



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.ilezzetler.com)

ISPANAKLI İÇLİ KÖFTE (MALATYA)

Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Soğanlar (3 baş kadar) ufak ufak doğranıp yağda kavrulur. Küçük küçük doğranmış, yıkanmış ve ayıklanmış ve hafifçe haşlanmış 500 gr. kadar ıspanak kavrulur. Tuzu atılıp ateşten alınır. Diğer bir tarafta yeteri kadar yarmaya biraz tuz atılıp su ile yoğrulur. İyice yoğrulduktan sonra yumurta büyüklüğünde parçalara ayrılır. Yuvarlak bir şekilde oyulur. Hazırlanan içten konarak ağzı koni şeklinde kapatılır. Daha sonra bir miktar suya tuz atılarak hazırlanan köfte haşlanır. 4 yumurtaya bulanır. Yağda kızartılarak servis yapılır.

[ML® İçli Köfte için tıklayın](#)

[ML® Ispanaklı Köfte için tıklayın](#)

