



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI KÖFTE (BİTLİS)

Yıldız Özdemir

1 Kg. Ispanak
300 Gr. Yağsız Kıyma
1 Kahve Fincanı Pirinç
1 Kase Sumak
1 Çay Fincanı Köftelik Bulgur
2 Tatlı Kaşığı Tuz
1 Çorba Kaşığı Tereyağı
1 Lt. Su

Geniş bir tencerenin içerisinde 1.5 litre suyu kaynatalım. Kaynayan suyun içerisine tane sumakları dökelim ve yaklaşık 1 dakika kadar kaynattıktan sonra altını kapatalım. Bol suyla yıkayıp iri iri doğradığımız ıspanakları geniş bir tencereye koyalım. Üzerine pirinci, tereyağını, 1 tatlı kaşığı tuzu koyalım ve 1 litre su ilave edip ateşe koyalım. Ayrı bir kaptaki kıymayı, bulguru ve 1 tatlı kaşığı tuzu yoğuralım. Kurumaması için yoğururken 1 çay bardağı kadar su ekleyelim. İyicene yoğurduğumuz harçtan minik minik parçalar koparıp misket büyüklüğünde köfteler olacak şekilde yuvarlayalım. Bu köfteleri ocakta pişmekte olan ıspanakların üzerine dökelim. Beklemekte olan sumacı, tel süzgeçten geçirerek süzelim ve suyunu tencereye ekleyelim. 20 dakika kadar kaynadıktan sonra altını kapatabilirsiniz.