



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KADINBUDU KÖFTE

1 kilo kıyma  
1 demet maydanoz  
3 çorba kaşığı pirinç  
5 kaşık zeytin ya da sadeyağ  
1 baş soğan  
Yeteri kadar tuz, biber ve baharat  
4 adet yumurta

Et bir kez makineden çekilir. Bir kap içinde ve bir kaşık yağda iki baş ince kıyılmış soğan kızartılır. Kıymanın üçte ikisi soğanla karıştırılır. Orta ateşte kıyma hafifçe öldürülür, süzgece çıkarılır. Geri kalan çiğ kıyma, pişmiş kıyma soğuduktan sonra halledilir. Tekrar yumurta geçirilir, içine tuz, hiber, baharat, kıyılmış maydanoz, bir yumurta, üç çorba kaşığı pişmiş pirinç, iyice yoğrulur. Arzu edilen şekilde yuvarlanır. Yeneceği zaman hafif una, yumurtaya bulanıp dört kaşık sadeyağda azar azar, hızlı ateşte kızartılır. Yanma arzu edilen garnitür konur.

[ML® Meyaneli Köfte için tıklayın](#)