



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU BALIK KÖFTESİ

500 gram balık fileto
1 soğan
6 çorba kaşığı galeta unu
1 çay bardağı ince bulgur
1 su bardağı haşlanmış nohut
2 çorba kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber, kişniş

Derin bir kabın içinde kıyılmış balık etlerini, rendelenmiş soğanı, baharatları, galeta ununu ve ince bulguru yoğurun. Haşlanmış ve ezilmiş nohudu da bu harcın içine ekleyip iyice yoğurun ve küçük köfteler yapın. Bu köfteleri galeta ununa bulayıp 1 saat kadar dolapta bekletin. Kızartacağınız zaman çıkartıp kızgın yağın içinde rengi dönene kadar kızartıp sıcak servis yapın. Üzerine sarımsaklı mayonez ve yanında buharda haşlanmış sebzelerle ikram edebilirsiniz.