



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## NOHUTLU BUZLUK KÖFTESİ

1 su bardağı nohut  
750 gr kıyma  
1 adet soğan  
1 dilim bayat ekmek  
1 tatlı kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı tuz  
Kızartma yağı

Nohut haşlanır ve suyu süzülür. Soğan rendelenir, ekmek içiyle karıştırılır. Karabiber, tuz eklenir. Bütünleşene kadar yoğrulur. Haşlanmış nohut ilave edilir. dengeli dağılına kadar kısa süre yoğrulur. Köfte harcına silindir şekli verilir, bir streç fime sarılır. Buzluğa konur. 1 ya da 1,5 saat bekletilir. Yarım donması gerekir. Buzluktan alınır, keskin bir bıçakla 1 santim kalınlığında kesilir. Tavaya az yağ konur. Köftelerin iki yüzü de kızartılır.