



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SALÇALI NOHUTLU KÖFTE

Köftesi için:

1 su bardağı ince bulgur

1 su bardağı haşlanmış nohut

1 çorba kaşığı salça

1 adet soğan

1 adet yumurta

Tuz

Kırmızı pul biber

1 çay bardağı un

Üzeri için:

1 çorba kaşığı salça

6 diş sarımsak

5 çorba kaşığı sıvı yağ

1 çorba kaşığı toz kırmızıbiber

2 su bardağı su

1 su bardağı nohut

Köfteleri hazırlamak için öncelikle haşlanmış nohudu robotta ince kıyın. İçine soğanı da ekleyip birlikte doğrayın. Daha sonra içine salça, yumurta, bulgur, un, tuz ve az suyla birlikte çiğ köfte yapar gibi macun kıvamında bir köfte harcı yapın. Bu harçtan küçük köfteler yapın. Bu arada tencerede su, sarımsak ve salçayı bir su bardağı da nohudu koyup kaynatın. Köfteleri içine ekleyip pişince servis tabağına alıp sıcak olarak ikram edin.

---