



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TARHANALI BULGUR KÖFTESİ

1 su bardağı köftelik bulgur
1/2 su bardağı tarhana
1 tatlı kaşığı nane
100 g + 2 yemek kaşığı tereyağı
1 adet soğan
3 su
5 su bardağı kırmızı pulbiber tuz

Bulguru ayıklayıp yıkayın. bulguru 1 su bardağı su ile, tarhanayı ise 1/4 su bardağı su ile ıslatın. bulgur suyunu çektikten sonra üzerine nane serpin. daha sonra tarhana ve tuzu katın. iyice yoğurup hamur haline getirin. (benim hamurum biraz sulu olduğu için ben bulgur ekledim.) soğanı ince ince kıyın. küçük bir tencerede 100g tereyağı ile kavurun. üzerine 3- 3,5 su bardağı suyu ekleyin. kaynayınca tuzu ve köfteleri ilave edin. 15 dakika pişirin. (pişip pişmediğini anlamak için bir tanesini ikiye bölün. içi yaş değilse pişmiştir.) 2 yemek kaşığı tereyağını tavada kızdırın. üzerine pulbiberi ekleyip 1-2 karıştırın. tabaklara aldığınız köftelerin üzerine sosunu gezdirerek servis yapın.