



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## TAVADA KÖFTE

1,5 kg. köftelik kıyma  
1/2 demet maydanoz  
2 adet soğan  
4 diş sarımsak  
3 dilim ekmek  
1 yumurta  
Köfte baharı  
Karabiber  
Kimyon  
Tuz  
Sıvı yağ

Soğanı ve sarımsağı rendeleyin. Ekmekleri ıslatıp güzelce sıkın. Yumurtayı ve baharatları katın. Kıyılmış maydanozu ilâve edip, iyice yoğurun. Yumurta şekli verip hamuru bastırın. Sıvı yağda iki yüzünü de kızartın.

[ML® Trakya Tavası için tıklayın](#)

---