



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ABDİGÖR KÖFTESİ

MALZEMELER :

Kemiksiz kuzu, oğlak veya dana eti

Soğan

Haşlanmış pirinç

Baharat

1- Taze et ağır bir cisimle iyice dövülür

2- Hamur haline gelen et, baharat ve haşlanmış pirinçle yoğrulur, köfteler yapılır

3- İnce doğranmış soğanlar su içerisinde tuzla birlikte kaynatılır

4- Kaynar suya hazırlanmış köfteler atılır

5- Piştikten sonra bir saat dinlendirilen köfteler, pilav üzerine konularak servis yapılır.