



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## AKÇAABAT KÖFTESİ

1,5 kilo yağsız dana kıyma  
300 gram çember yağı (iç yağ)  
6-7 diş sarımsak  
300 gram bayat ekmek  
Yarım çay bardağı sade maden suyu  
Tuz

Kıyma ve yağı, kıyma makinesinde çektiyoruz.  
Ekmekle beraber, soyduğumuz sarımsakları da kıymaya ekleyerek, ikinci defa makinede çektiyoruz.  
Malzememizi tezgahın üzerine alıyoruz.  
15 dakika kadar ezerek yoğuruyoruz.  
Köftemizin yumuşak olması için, yarım çay bardağı sade maden suyu ekliyoruz.  
Elimizi hafifçe ıslatıp, harcımızdan avuç içini kadar parçalar koparıyoruz.  
Elimizde hafif yuvarlayıp, yassılaştırıyoruz.  
Çok ince ya da çok kalın olmayan köfteler elde ediyoruz.  
Köftelerimizi birkaç saat önce yapıp, streçleyerek dolapta dinlendiriyoruz.  
İster ızgarada, isterseniz mangalda pişirip, sevdiklerinize ikram edebilirsiniz.

