



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANALI KIZLI KÖFTE

MALZEMELER

1 kg orta bulgur
1 kg kıyma
4 baş kuru soğan
1 demet maydanoz
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı pul biber
tuz
sıvı yağ

HAZIRLANIŞI

İçinin hazırlanışı : 4 baş kuru soğanı ince ince doğrayın, yağda hafif kavurun ve daha sonra kıymanın 250 gramıyla birlikte iyice kavurun. Daha sonra baharatlarını ve maydanozu içine ekleyerek tuzun ilave edip iyice karıştırıp soğumaya bırakın.

Dışının hazırlanışı : Kalan 750 gr kıymayı 4 su bardağı suyla yoğurun. Bulgurla kıymayı karıştırıp macun kıvamına gelinceye kadar iyice yoğurun, yoğurduğunuz bu bulgurdan ceviz büyüklüğünde parçalar ayırarak elinizin içinde içi boş yumurta şeklinde açın. Daha sonra soğumaya bırakılan iç malzemeyi içine koyup kapatın. Hazırladığınız bulgurdan misket büyüklüğünde yuvarlayın. Bu işler bittikten sonra yarım çay bardağı sıvı yağ ve salçadan oluşan suyu hazırlayıp kaynadıktan sonra köfteleri içine atın. 15 dakika haşladıktan sonra servis edin.

[ML® Antep Salatası için tıklayın](#)