



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANALIKIZLI KÖFTE

250 gram kuşbaşı et
2 su bardağı ince bulgur
1 soğan
1 yumurta
4 dal maydanoz
1 çorba kaşığı salça
4 diş sarımsak
1 çorba kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber, kimyon, kırmızı pul biber

Yumurta, kıyılmış maydanoz, salça, ezilmiş sarımsak, baharat, rendelenmiş soğan ve bulguru iyice yoğurun. Ara ara su ekleyip macun kıvamına getirin. Köfte şekli verip buzdolabında 15 dakika kadar dinlendirin. Eti tencerede haşlayın. Yumuşayınca tuz ekleyip, bulgurlu köfteleri katın, 15 dakika birlikte pişirin. Servis tabağına aktarıp ikrama hazırlayın.