



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANALI KIZLI

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

Köfte için:

170 g ince köftelik bulgur

60 g un

250 g kıyma, yağsız

2 adet yumurtanın akı

½ tatlı kaşığı tuz

1 tatlı kaşığı kimyon

1 çorba kaşığı biber salçası

100 ml su

Harcı için:

1 adet orta boy soğan, ince kıyılmış

150 g kıyma

1 tatlı kaşığı tuz

1 tatlı kaşığı biber salçası veya pul biber

½ çay kaşığı şeker

40 g tereyağı veya sadeyağ

Yemeğin suyu için:

1 adet orta boy soğan, ince kıyılmış

30 g tereyağı veya sadeyağ

1 çorba kaşığı domates salçası

1 çorba kaşığı biber salçası

1 tatlı kaşığı un

600 ml et suyu veya su

100 g nohut, haşlanmış

1 adet limonun suyu veya

1 çorba kaşığı nar ekşisi

½ tatlı kaşığı kuru nane

Harcı için soğanı kıyma, tuz, salça, şeker ve yağ ile bir tavada ateşe alın.

Kıyma suyunu bırakıp tekrar çekinceye ve tencerenin dibinde yağ kalıncaya kadar kavurun.

Ateşten alın. İyice soğumasını bekleyin.

Köfteyi hazırlamak için bulgur, un, kıyma, yumurta akları, tuz, kimyon ve biber salçasını bir kâseye alın.

100 ml suyu azar azar ilâve edip bulgur iyice yumuşayınca kadar yoğurun.

Hamurdan küçük ceviz büyüklüğünde parçalar koparın. Yuvarlayın.

Sol avucunuzu hafifçe ıslatın. Yuvarladığınız bir adet topu alın, sağ elinizin işaret parmağıyla içini açarak genişletin.

İçine soğuk kıymalı harcı doldurun. Ağız kısmını toplayın. İçine su girmeyecek şekilde yapıştırın.

Yuvarlayın. Küçük top şekli verin. Bir tabağa dizin. Hamurun yarısından bu şekilde köfteler yapın.

Diğer yarısını nohut büyüklüğünde parçalara ayırın ve yuvarlayın.

Yuvarlama işini yaparken avuç içlerinizi ara ara hafifçe ıslatın.

Bir çorba tenceresinde soğanı yağda 1-2 dakika kavurun.

Domates ve biber salçasını, hemen arkasından unu ilave edin. 1-2 dakika daha kavurun.

Et suyunu ekleyin. Karıştırıp kaynamaya bırakın.

Nohut ve küçük köfteleri dikkatle suyun içine bırakın. Hafifçe karıştırın.

2-3 dakika sonra büyük köfteleri ilave edin. 10 dakika pişirin.

Limon suyu ve naneyi katın. Dilerseniz tuz ekleyebilirsiniz. Ateşten alın.

Servis yaparken her tabağa küçük, büyük köfte ve nohut gelmesine dikkat edin.

Not: Yemeğin suyu bekledikçe koyulaşabilir. Gerekirse bir miktar sıcak su ekleyin. Bu tarifte bulgur köftesi için hazırlanan karışımdan iki tür köfte yapılır. Nohut büyüklüğünde olan küçükler kıızı, ceviz büyüklüğünde ve içli köfte gibi olanlar ise anayı temsil eder. Bu yemek Doğu ve Güneydoğu bölgesinde önemli bir misafir ağırlama yemeğidir. Farklı kentlerde küçük farklılıklar içeren çeşitlenmeleri vardır. Kimi yerde kuşbaşı etli yapılır, kimi yerde bol ekşi eklenir, bazen mor reyhanla tatlandırılır ama her biri yemeğin esas tadını korur ve yansıtır.



© lezzetler.com tarif no:172519 • adı:Analı Kızılı • gönderen:Selver Somuncu • indirme tarihi:03.04.2025 - 00:24