



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANALI KIZLI

Malzemeler:

2 su bardağı ince bulgur

Kimyon

Nane

Karabiber

Tuz

1 baş sarımsak

1,5 su bardağı un

1,5 su bardağı YONCA Ayçiçek yağı

2 yumurta

1 demet maydanoz

250 gr taze soğan

YONCA Salça

Hazırlanış:

Bulgur ıslatılarak biraz bekletilecek, daha sonra baharatlar ve un ilave edilerek güzelce yoğrulacak. Hamur fındık büyüklüğünde koparılıp, yuvarlanacak, ortalarına parmakla basılacak. Hazırlanan köfteler kaynamış suda haşlanacak. Bir tepside dövülmüş sarımsak yağda kavrulacak, domates veya biber salçası ilave edilerek biraz daha kavrulacak. Haşlanan köfteler suyu süzülüp, kavrulan yağın tepsisine konacak, üzerine doğranmış taze soğan ve maydanoz konup güzelce karıştırıldıktan sonra servise sunulur.

[ML® Analı Kızlı için tıklayın](#)