



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANALI KIZLI

250 gram az yağlı kıyma
1 kilo kemikli kuzu eti
100 gram ceviz
300 gram nohut
Yarım kilo köftelik bulgur
3 adet soğan
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı tereyağı
2 adet limon
1 çorba kaşığı nane
1 çay kaşığı tuz

Akşamdan ıslatılmış nohut, et, biber, domates salçası ve küp şeklinde doğranmış 1 adet soğanı bir tencereye alın. Üzerini kapatacak kadar su ve tuz ilave ederek pişirin. Başka bir kaptaki az yağlı kıymayı suyunu bırakıncaya kadar kavurun. Küp şeklinde kesilmiş 2 adet soğanı da kıymaya ilave ederek kavurmaya devam edin. Tuz, karabiber ve ceviz ilave edin ve soğumaya bırakın. Çiğköftelik kıyma, ince bulgur, tuz ve karabiberi az su ilavesiyle macun kıvamına gelecek şekilde yoğurun. Hazırladığınız bu harcın bir kısmını ayırdıktan sonra misket büyüklüğünde köfteler yapın. Kalan kısımdan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartarak içini oyduktan sonra içli köfte yapar gibi içine cevizli harçtan ilave ederek kapatın. Köfteleri bir süzgece alın. İçinde su kaynayan bir tencereye bu süzgeci yerleştirin. Bir süre haşladıktan sonra, daha önce hazırladığınız salçalı et suyuna süzerek alın. 2 limonun suyunu sıkın. Tereyağını eritin, naneyi yağda biraz çevirin ve yemeğinizin üzerine döktükten sonra servis yapın.



Fotoğraf "ay ışığı" tarafından gönderildi. 19.07.2019