



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANALI KIZLI

1 Yemek Kaşığı Sana Klasik
1 Çay Kaşığı tuz
250 gr yağsız kıyma
500 gr köftelik bulgur
100 gr İri Çekilmiş Ceviz
1 Çorba Kaşığı nane
1 Yemek Kaşığı domates salçası
500 gr Çiğ köftelik kıyma
1 Kg. kemikli kuzu eti
3 Adet soğan
2 Adet limon
300 gr nohut

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 kaptan az yağlı kıymayı suyunu bırakıncaya kadar kavurun. Küp şeklinde kesilmiş 2 adet soğanı da kıymaya ilave ederek kavurmaya devam edin. Tuz, karabiber ve cevizi 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 hazırlamış olduğunuz salçalı et suyuna süzerek alın. 2 limonun suyunu sıkın. sana klasiği eritin, naneyi yağda biraz çevirin ve yemeğinizin üzerine döktükten sonra servis yapın.