



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANKARA KÖFTESİ

Yarım kg dana kıyma
1 adet soğan
Yarım demet maydanoz
1 dilim bayat ekmek içi
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
2 çay kaşığı tuz

Soğan rendelenir, maydanoz kıyılır, ıslatılan ekmek içi sıkılarak alınır. Diğer malzemeler de bir araya getirilir. Bütünleşene kadar yoğrulur. Bir gece buzdolabının alt rafında dinlendirilir. Ertesi gün ceviz kadar parçalar alınır ve oval şekilde köfteler yapılır. Izgarada pişirilir.