



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ARAP KÖFTESİ

Malzeme:

500 gram Bizim Mutfak Köftelik Bulgur

200 gram yağsız kıyma

1 adet soğan

1 çay kaşığı Karabiber

1 çay kaşığı pul biber

1 çay kaşığı domates salçası

2 çorba kaşığı Bizim Mutfak Un

1 litre su

2 su bardağı et suyu

1 çorba kaşığı limon tuzu

1 çorba kaşığı salça

Üzeri için :

30 gram Bizim Mutfak Teremyağ

3 diş sarımsak

1 tatlı kaşığı kuru nane

1 tatlı kaşığı pul biber

Taze nane yaprakları

50 gram yağsız kıyma

Bulgur, kıyma, kıyılmış soğan, domates salçası ve baharatı yoğurma kabına aktarın. Yoğurup en son elenmiş unu ilave edin. Tekrar yoğurun. Elde ettiğiniz hamurdan misket küçüklüğünde küçük parçalara ayırın. Her parçayı avucunuzun içinde yuvarlayıp ortalarını hafifçe çukurlar oluşturun. Köfte hamurlarını un serpilmiş tepsinin üzerine aktarın. Kalan malzeme bitene dek aynı işlemi tekrar edin. Geniş bir tencerede 1 litre su, 2 bardak et suyu, limon tuzu ve 1 kahve fincanı sıcak suda inceltilmiş salçayı ilave edin. Birkaç taşım kaynatıp hamurları içine atın. Orta ateşte 10 dakika kadar haşlayın. Üzeri için Teremyağ'ı eritip kıyılmış sarımsak, ve baharatı kavurun. Tencerenin içine atın. Birkaç taşım daha kaynatıp ocaktan alın. Sıcak servis yapın.