



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AYA KIFTESİ (ŞANLIURFA)

200 gr kara et (yağı, siniri alınmış etten yapılan kıyma)
1 kg köftelik bulgur
150 gr isot
2 tatlı kaşığı tuz
2 adet orta boy soğan
1 çay bardağı un
2,5 su bardağı sıvı yağ

Bir tepsiye kara et, köftelik bulgur, biber, tuz ve kıyılmış soğan konur. Üzerine azar azar su serpilerek yoğurmaya başlanır. Suyunu çektikçe azar azar su koyularak köfte yoğrulur. Yoğrulan köftenin üzerine un serpilerek tamamen karışmaya kadar tekrar yoğrulur. Yoğurma işlemi bittikten sonra karışımdan iri ceviz büyüklüğünde bir parça alınarak iki elin ayası ile bastırılarak düzgün, yuvarlak, 1 santim kalınlığında el ayası büyüklüğünde şekil verilir. Bu köftele "aya köftesi" denmesinin nedeni budur. Hazırlanan köfteler kızgın yağda atılarak kızartılır. Sıcak yenebileceği gibi soğuk olarak, diğer yemeklerle beraber de servis yapılabilir.



Fotoğraf "İsmet Atabay" tarafından gönderildi. 08.04.2019