



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BADEM KÖFTESİ

100 gr iç badem
1 adet soğan
3 diş sarımsak
1 adet domates
2 dilim tost ekmeđi
1 tatlı kaşığı salça
1 tatlı kaşığı kıyılmış maydanoz
1 adet yumurta
1/2 su bardağı galeta unu
Biraz un
20 gr LUNA (1 tepeleme çorba kaşığı)

Bademin iç kabuklarını soyup bıçakla ince kıyın. Soğanı rendeleyin. Sarımsağı dövün. Domatesi soyup çekirdeklerini çıkarıp küp doğrayın. Ekmek dilimlerinin kabuklarını ayırıp robotta çekin. Soğan, salça, sarımsak, ekmek içi, domates, maydanoz, yumurta, galeta unu ve bademi karıştırın. Altı eşit parçaya ayırıp köfteler yapın. Luna'yı tavada kızdırın. Köfteleri hafifçe una bulayın, iki yüzünü de kızartın.

Not: Fıstık, badem gibi kuruyemişleri yemeklerde kullanmadan önce tuzla kavrulmamış olmalarına dikkat edin. İnce iç kabuklarını soyarak için sıcak su içinde yarım saat bekletin, şişip yumuşayan kabukları ayıkladıktan sonra tarifte belirtildiğı şekilde kullanın. Semizotu salatası hazırlamak için yıkandıktan sonra suyu iyice süzölmüş semizotunu, normal salata sosu ile servis yapabileceğiniz gibi; zeytinyağı, sarımsak, tuz ve kıyılmış dereotunu yoğurt ile karıştırarak değışik bir sos hazırlayabilirsiniz. Badem Köftesinin etkileyici koyu sarı bir renk almasını isterseniz, harcına bir tutam safran katabilirsiniz.

