



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHARATLI KÖFTELER

20 gr tereyağı
1 adet soğan
2 diş sarımsak
500 gr kıyma
1 adet yumurta
20 gr kuş üzümü
70 gr pane unu
Taze kişniş
Zencefil
Kimyon
Tarçın
350 gr yoğurt
80 gr badem
2 adet salatalık
Taze nane
Sumak
1/2 adet limon
Tuz
Karabiber

Soğanı soyup küp kesin. Sarımsakları ezin. Üzümleri ayıklayın, 10 dakika sıcak suda bekletip süzün. Bademleri sıcak suya koyup kabuklarını soyun, kurumaya bırakın ve robotta çekin. Kişnişi incecik doğrayın. Tavaya tereyağını koyun, eriyince soğan ve sarımsakları ilave edip çevirin. Üzümleri ekleyip birkaç dakika kavurun ve ılınmaya bırakın. Kıymaya tavadaki sarımsaklı karışımı, kişnişi, bademi, baharatları, yumurtaları, pane unu ve tuzu ekleyip yoğurun. İstedığınız şekli verin ve fırın ızgarasında pişirin. Salatalıkları soyup minik küp doğrayın. Taze naneyi incecik kıyın. Limonun suyunu sıkın. Hepsini yoğurtla karıştırıp sumak ile tatlandırın. Köfteleri yoğurt sos ve haşlanmış mısırla servis yapın.