



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAKLA BORANISI (ŞANLIURFA)

Şanlıurfa İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Taze bakla - 200 gr.

Yağsız et - 100 gr.

Sadeyağ - 10 gr.

Yoğurt - 100 gr.

Sarımsak - 3 gr.

Tuz - 3 gr.

Köfte için:

Köftelik bulgur - 100 gr.

Dövülmüş kara et - 60 gr.

Pul Biber - 10 gr.

Tuz - 3 gr.

Karabiber - 2 gr.

Taze Soğan - 25 gr.

Yağ 10 - gr.

Dövülmüş et, isot, karabiber, tuz ve 8 parçaya bölünmüş soğan tepsiye konular, iyice karıştırılır. Bulgurlar yavaş yavaş ilave edilerek su yardımıyla yoğrulur. Yoğurma işlemi bittikten sonra soğanlar ayıklanır. Minik sıklmalar yapılır, avuç ayasında yuvarlanır. Kızgın bolyağda rengi koyulaşana kadar kavurulur.

Yağsız et tencerede biraz haşlanır. Az pişirilen etin içine yağ konular, pembeleştirilir. Baklaların içleri çıkarılır, kabukları atılır. Pişirilen ete ilave edilen iç baklalaryağda çevrilir. Biraz su ilave edilir ve tuzu konular. Köfteler tabağa konular, üzerine pişen yemekten ilave edildikten sonra üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek servis edilir.