



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BALIK KÖFTESİ

600 gram balık fileto  
1 soğan  
2 çorba kaşığı tereyağı  
Tuz, karabiber, kırmızı pul biber  
2 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz  
1 yumurta akı

Bir kabin içine balık etini ince bir şekilde kıyın. Üzerine diğer malzemeleri ekleyip yoğurmaya başlayın. Soğanı rendeleyin ve üzerine ekleyin. Tüm bu malzemeleri de bir mutfak robotundan geçirin. Dinlenmiş eti baharatlandırın. Ve şişlere geçirip mangalda pişmeye bırakın. Aslında bu kış günlerinde balıklı köftesi harcını fırın tepsisine yayıp iki parmak eninde kesin ve fırında pişirin çok daha kolay oluyor. Dilim dilim yanında yeşillikle servis yapın.

