



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BALIK KÖFTESİ

### Malzeme

1 palamut,  
3 orta boy soğan,  
2 orta boy haşlanmış patates,  
yarım demet maydanoz,  
1 kahve fincanı dolma fıstığı,  
1 kahve fincanı kuş üzümü,  
2 yumurta,  
1 çorba kaşığı yeni bahar,  
tuz,  
karabiber,  
galeta unu,  
sıvı yağ.

### Yapılışı

Palamutu içine bir soğan atılmış tuzlu suda 20-25 dakika haşlayın. Süzün, soğutun, siyah kısımlarını, derisini ve kılçıklarını atarak ayıklayın. Elinizle didikleyin. Yoğurmaya en uygun geniş bir kaba koyun. İki soğanı rendeleyin, 5 dakika haşlayın. Süzüp balıkları ilave edin. Aynı şekilde iki patatesi haşlayın. Rendeleyip ekleyin. Maydanozu doğrayın, fıstık ve üzümü ayıklayın, iki yumurtayı kırın, yeni bahar, tuz, karabiber ve toz şeker ile birlikte malzemelere ilave edin. Malzemeleri iyice yoğurup avucunuzla uzun köfteler yapın. Galeta ununa batırıp kızgın sıvı yağda kızartın. Balık köftesini torik, uskumru ve kefal gibi siyah ve sert etli balıklardan da yapabilirsiniz. Yoğururken dışarı çıkan fıstık ve üzümler parmak ile içer itilmelidir. Kızartırken köftelerin etrafındaki galeta ununun yanmamasına dikkat edilmelidir. Limon ile birlikte ılık servis yapılması tavsiye olunur