



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK KÖFTESİ

400 gram balık filetosu

1 soğan

2 diş sarımsak

1 çay kaşığı karbonat

2 çorba kaşığı zeytinyağı

2 çorba kaşığı galeta unu

Sivri biber, domates

Maydanoz, kimyon, tuz, karabiber, karabiber, kekik

Balık filetosunu bıçakla kıyın, rendelenmiş soğan, sarımsak, maydanoz ve baharatla birlikte iyice yoğurun. Karbonat ve galeta unu ekleyin. Bu karışımdan uzun ya da yuvarlak köfteler yapın. Izgarada güzelce kızartın. Servis tabağına yerleştirip yanına közlenmiş domates ve biberleri dizin. Yanına maydanoz salatası da hazırlayabilirsiniz.
