



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BALKABAĞI KÖFTESİ

Yarım kg kabuğu soyulmuş balkabağı  
2 adet yumurta  
10 çorba kaşığı un  
Tuz  
Karabiber  
Kimyon  
2 diş sarımsak  
Yarım demet maydanoz  
Sos için:  
4 adet domates  
2 diş sarımsak  
1 kahve fincanı sıvıyağı  
1 tatlı kaşığı fesleğen  
Yarım demet maydanoz  
1 çay bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

Soyulmuş kabakları tuzlu suda haşlayıp, süzün ve püre yapın. İçine yumurta, un, tuz, karabiber, kimyon, dövülmüş sarımsak ve ince kıyılmış maydanozu ilave edip, koyu bir bulamaç kıvamı olana dek karıştırın. Daha sonra bir tencereye su ve tuz koyup, kaynatın. Kaynayan suya çorba kaşığı ile aldığınız kabaklı karışımdan atın. Köfteler suyun üstüne çıktıktan sonra süzgeçle servis tabağına alın. Ayrılan bir yerde sosu hazırlayın. Bunun için domatesi rendeleyin. Ezilmiş sarımsak, sıvıyağ, fesleğen ve ince kıyılmış maydanozu ekleyip, suyunu çekene dek pişirin. Sosu, pişen köftelerin üzerine gezdirin. Üzerine rendelenmiş kaşar peyniri serpip, servis yapın.

Not: Arzuyla göre sarımsaklı yoğurt ile de servis yapabilirsiniz.

