



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU SARIMSAKLI KÖFTE

400 gr kıyma
3 yemek kaşığı tereyağı
3 adet soğan
4 diş sarımsak
1 kase mantar
1 tutam ıspanak
2 su bardağı süt
1 çorba kaşığı un
1 adet kırmızı biber
2 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı pulbiber
1 çay bardağı kaşar peyniri
Yeterince galeta unu

Karıştırma kabına kıymayı, soğanı, tuz, karabiber, kimyon ve alabildiği kadar galeta unu ile köftenizi yoğurun. Hazırladığınız köfteyi 6 bezeye ayırın. Bu bezeleri çok derin olmayan çanaklar haline getirin. Yağladığınız fırın tepsisine dizin. 200 derece fırında pişirin. Diğer tarafta iç harcı ve beşamel sosu hazırlayın. İç harcı için soğan, sarımsak ve kırmızı biberi tereyağda kavurun. Soğanların rengi dönünce üzerine ıspanakları ekleyin ve bu karışımı yarı kıvamda pişirin.

Beşamel sos için ise unu ve yağı kavurun üzerine süt, tuz ve karabiber ekleyerek çırparak pişirin. Yarı kıvamda pişen köftelerin içine iç harcı doldurun. Kenarlarına mantarları dizin, ortasına beşamel sosu dökün. Kaşar peyniri rendesini de üzerine döktükten sonra 180 derece fırında pişirin.