



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR KÖFTESİ (KIBRIS)

<https://gurmekibris.com>

6 bardak bulgur
8 bardak su, kaynamış
1 çorba kaşığı tuz
2 dal taze fesleğen, ince doğranmış
3 çorba kaşığı sade un
1 kilo kıyma
3¼ bardak ay çiçek yağı
1 kilo soğan, ince doğranmış
Tuz
Karabiber
1/2 demet maydanoz, ince doğranmış

Bulguru derin bir kaba koyun. Üzerine kaynamış olan suyu, tuzu ve bir dal fesleğeni koyup karıştırın ve bekletin. Dinlenmeye bıraktığınız bulgur suyunu çekip şiştikten sonra unu ilave ederek yoğurun.

Orta boy bir tencerede kıymayı kendi suyunu çekinceye kadar kavurun. Suyunu çeken kıymaya 1/4 bardak yağ ve soğanları koyup kavurmaya devam edin. Üzerine tuz ve karabiber ekleyip karıştırın. Kıymaya en son maydanozu ve kalan fesleğeni ekleyip ateşten alın.

Bulgur karışımını arzuya göre elde ya da bulgur köftesi makinesinde açın. Elde açmak için, karışımdan mandalina büyüklüğünde parça alın. Bir avucunuzla köftayı kavrarken diğer elimizin işaret parmağıyla köftenin içini açınız. İçini oyuk hale getirdiğiniz köftenin içine kıyma harcından koyun ve üstünü iyice kapatın. Bu işlemi, bulgur karışımı bitene kadar devam edin. Hazırladığınız köfteleri derin bir tencerede üç bardak kızgın yağda kızartın. Bulgur köftelerinin yağını süzüp servis tabağına alınız. Limon dilimleriyle sıcak servis yapın.

