



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR KÖFTESİ

1 su bardağı ince bulgur
1 çay bardağı irmik
1 su bardağı un
1 soğan
2 yumurta
1 haşlanmış patates
1 çay kaşığı salça
Kimyon, kişniş ve karabiber
Yeşillikler

Bulguru, irmiği ve unu bir kabin içinde iyice harmanlayın. İçine haşlanmış sıcak patatesi ekleyip karıştırın. Salça ve baharatları da üzerine ekleyip iyice yoğurun. Rendelenmiş soğanı ve yumurtayı da ekleyip hamur kıvamına getirip şekil yerin ve yağda kızartın. Aslında fırında da kızartılabilir. Hangisini istiyorsanız fırında daha az yağlı oluyor tabii. Yeşillikleri servis tabağına alıp bulgur köftelerini üzerine dizip servis yapın.

