



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

BULGURLU EKŞİLİ KÖFTE

Malzeme

- 500 g Kıyma
- 2 yemek kaşığı Sana Kase
- Yarım su bardağı bulgur
- 1 adet kuru soğan
- 2 adet çarliston biber
- Yarım paket Köfte harcı
- 1 yarım çay bardağı su
- 1 adet havuç
- 2 diş sarımsak
- 4 su bardağı et suyu
- Köfteleri bulamak için un
- Tuz ve karabiber
- Sosu:
- 1 adet limonun suyu
- 1 adet yumurta sarısı
- 1 tatlı kaşığı kuru nane
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul
- Biber

Hazırlanışı

Kuru soğanı piyazlık doğrayınız.

Sarımsakları ayıklayıp, kıyınız.

Çarliston biberlerin tohumlarını çıkarıp, kıyınız.

Havucun kabuğunu kazıyıp, halka halka doğrayınız.

Bulgurları ayıklayıp, bir süzgecin içinde yıkayınız.

Derin bir kâsenin kıymayı, köfte harcını, suyu, bulguru koyup, yoğurunuz. Küçük toplar halinde yuvarladığınız köfteleri, bir yayvan kaba koyduğunuz una bulayıp, tabağa alınız.

Derin bir tencerede Sana Crème Bonjour'u kızdırıp, içine piyazlık doğranmış kuru soğanı ve sarımsakları ilave edip, soğanlar pembeleşinceye kadar kavurunuz.

Soğanlar renk alınca içine kıyılmış çarliston biberleri ve halka halka doğranmış havuçları ilave edip, kavurmaya devam ediniz.

Daha sonra içine et suyunu, tuz ve karabiberi ilave dip, et suyunu kaynatınız.

Et suyu kaynadıktan sonra içine unlu köfteleri ilave edip, pişiriniz.

Köfteler kaynarken, küçük bir kâsede limonu, yumurtayı, naneyi, kırmızı pul biberi karıştırınız.

Yemeği ateşten indirmeden önce sosu ilave edip, karıştırınız. Bir taşım kaynatıp, ateşten alınız. Eğer yemeği fazla kaynatırsanız, sos kesilir.

[ML® Halka Köfte için tıklayın](#)