



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.ilezzetler.com)

BULGURLU HAMBURGER

MALZEMELER

150 gr (3/4 su bardağı) bulgur (köftelik)
500 gr yağsız ve sinirsiz dana kıyması
2 diş sarımsak
tuz, karabiber
1 çay kaşığı toz hardal
1/2 demet maydanoz
60 gr (4 çorba kaşığı) margarin
5 adet hamburger ekmeği
Garnitür İçin
5 orta boy domates
100 gr (1 orta boy) soğan
ketçap
hardal
acıbiber sosu (isteğe bağlı)
5 adet orta boy kornişon turşu

YAPILIŞ TARİFİ

İlk olarak sarmısağı ve maydanozu ince kıyın; garnitür için ise domatesleri ve kornişon turşuyu dilimleyin; soğanı küçük küpler halinde kesin; kıvırcık salata yapraklarını yıkayıp kuruladıktan sonra doğrayın.

Bulguru küçük bir tencereye koyup, üzerini örtecek kadar kaynar su ilave edin. Tencerenin kapağını kapatıp, bulguru 30 dakika şişmeye bırakın. Bu sürenin sonunda bir süzgeçten geçirin. Süzgeçte kalan bulguru da ellerinizle sıkarak, kalan suyu atın. Bir kapta bulguru, kıymayı, sarmısağı, tuz, biber, toz hardal ve kıyılmış maydanozu iyice yoğurun.

Bu harcı 10 parçaya bölerek her birini ekmeklerin boyuna uygun bir yassı köfte haline getirin. Sana'yı bir tavada orta ateşte eritin. Yağ kızınca hamburgerleri tavaya koyup, birkez alt üst ederek, yaklaşık 7-8 dakika, etlerin üzerinde su damlacıkları oluşuncaya kadar pişirin. Hamburger ekmeklerini ikiye kesip, ısıtın. Köfteleri ekmeklerin içlerine yerleştirin.

Domates, soğan, ketçap, hardal, acıbiber sosu (isteğe bağlı) da ekmegin içine ekleyin. Kornişon turşu ve kıvırcık salata yaprakları ile süsleyip hemen servis yapın.



Fotoğraf "fehmi" tarafından gönderildi. 31.05.2018

