



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BULGURLU ET KÖFTE

Yarım kilo orta yağlı kıyma  
Yarım kilo bulgur  
1 adet soğan  
Reyhan otu  
Maydanoz  
1 çorba kaşığı pul biber  
1 çay kaşığı Köfte baharatı  
Tuz  
3 yumurta

Yumurta hariç bütün malzemeler 1 çay bardağı suyla 10 dakika yoğrulur daha sonra cevizden az büyük parçalar alınarak yuvarlanıp yassıdır ortasına hafif basılarak göbek yapılır, köfteler tamamlandıca 15 dakika bekletir, bulgurların yumuşaması için daha sonra çırpılmış yumurtaya bulanarak kızartılır. Soslu biber kızartmasıyla servis yapılır. Kadın budu köftenin bulgurlusudur.

