



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU SIKMA KÖFTE

1 su bardağı ince bulgur
1 çay bardağı irmik
1 su bardağı un
1 soğan
2 yumurta
1 haşlanmış patates
5 dal kıyılmış maydanoz
3 çorba kaşığı salça
Kimyon, kişniş, karabiber,
Yeşillikler

Bulguru, irmiği ve unu bir kabın içinde iyice harmanlayın. İçine haşlanmış sıcak patatesi ekleyip karıştırın. Salça ve baharatları da üzerine ekleyip iyice yoğurun. Rendelenmiş soğanı ve yumurtayı da ilave ederek hamur kıvamına getirip şekil yerin. Ortasına parmakla bastırıp çukurlaştırın ve yağda kızartın. Kaynayan tuzlu suda 10 dakika kadar haşlayıp tereyağında çevirip servis tabağına alın.