



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU TEPŞİ KÖFTESİ

1 su bardağı ince bulgur
Yarım kg kıyma
1 baş kuru soğan
1 çorba kaşığı biber salçası
Kimyon, karabiber, tuz

Soğan rendelenir, bulgurla karıştırılır, 10 dakika bekletilir. Sonra diğer malzemeler eklenir, bütünleşene kadar yoğrulur. Yağlanmış fırın kabına köfte harcı düzgünce yerleştirilir. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 20 dakika pişirilir. Kare şeklinde kesilerek servise sunulur.