



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ ROSTO KÖFTE

<https://www.elele.com.tr>

500 g kıyma
1 soğan
Yarım demet maydanoz
3 dilim ekmek içi
1 yumurta
2 yemek kaşığı sirke
Tuz
Karabiber
Sosu için;
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 soğan
2 diş sarımsak
3 domates
Yarım su bardağı et suyu
Tuz
Karabiber

Kıymayı geniş bir yoğurma kabına alın. Yemeklik doğradığınız soğan, ince kıydığınız maydanoz, ufaladığınız ekmek içi ve bir kasede çırpığınız yumurtayı ekleyip karıştırın. Sirke, tuz ve karabiberi ilave edip tüm malzeme iyice özdeşleşinceye kadar yoğurun. Harcı yağlı kağıt serili baton bir kek kalıbına aktarın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında yaklaşık 60 dakika kadar pişirin. Sosu için zeytinyağını bir tencerede ısıtın. Rendelediğiniz soğan ve sarımsakları pembeleşinceye kadar soteleyin. Soğanların rengi dönmeye başladığında rendelediğiniz domatesler, et suyu, tuz ve karabiberi ilave edip kaynamaya bırakın. Kaynamaya başladıktan sonra ocağın altını kısın ve 15 dakika daha pişirin. Sıcak sosu fırından aldığınız köftenin üzerine gezdirin. Yanında patates püresi ile sıcak servis yapın.

