



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETSİZ ÇİĞ KÖFTE (ADİYAMAN)

1 litre su
4 su bardağı ince bulgur
4 çorba kaşığı salça
2 çorba kaşığı biber salçası
1 kuru soğan
5 diş sarımsak
8 çorba kaşığı sıvıyağ
3 çorba kaşığı isot
300 gram kabuksuz ceviz
1 çorba kaşığı pul biber
Karabiber
Tuz
Toz biber

Cevizleri robotta toz haline gelene kadar çekin.

Tavaya sıvıyağı alıp, tüm baharatları ekleyerek kavurun.

Daha sonra üstüne biber salçası ve domates salçasını da ilave ederek iyice kavurun.

Ardından sürekli karıştırarak ince kıyılmış sarımsak, kuru soğan ve dövülmüş olduğunuz cevizi, bulgurun içine ilave edin.

Ardından soğuyunca bulgur ile buluşturun.

Üzerine su ekleyerek iyice yoğurun.

En az bir saat yoğrulmalıdır.

Yoğurma işlemi biten çiğ köfteleri elimizde şekillendirerek servis tabağına alın. Yanında kıvrıcık ve sevdiğiniz yeşilliklerle servis edebilirsiniz.

