



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİĞ KÖFTE (GAZİANTEP)

750 gram ince bulgur
500 gram yağsız sinirsiz kıyma
2 adet soğan
4 diş sarımsak
1 kaşık salça
1 kaşık limon suyu
1 kaşık biber salçası
2 kaşık zeytinyağı
1 adet maydanoz
4 adet yeşil soğan
Tuz
Acı biber

Bulguru yıkayın ve geniş bir tepsiye koyun. Soğanları ve sarımsağı rendeleyin. Salçaları da ilave edip bulgurla karıştırın. 30 dakika yoğurun. Tuzunu da katın. Kıymasını da katıp 20 dakika daha yoğurun. En sonunda maydanozu, taze soğanı ve limonunu katıp karıştırın. Servis yapın.