



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ÇİĞKÖFTE (ŞANLIURFA)

Yusuf Aşan

10 çay bardağı simit  
5 bardak pul biber (isot)  
1.5 yemek kaşığı salça  
3 bardak su  
Sarımsak  
Soğan  
300 gr et kıyma veya 350 gr (2-3 defa çekilmiş)  
1 deste maydanoz (isteğe bağlı samut veya yeşil soğan)  
İsteğe göre baharatlar:  
Karabiber  
Yenibahar  
Kimyon (tercihimdir)  
Kekik  
Reyhan  
Yedi türlü  
İsteğe göre soslar:  
limon  
Nar ekşisi  
Zeytinyağı  
Yoğurt  
Biber salçası

10 dk önceden Bir poşede 5 bardak pul biber(isot), 1,5 yemek kaşığı salça, 3 bardak su beklet  
10 dk Bulgurla biberi yoğur ve öldür. Sonra eti alırsın yedirirsin, 10 dk. sarımsağı ve soğanı tuzu koyar  
yoğurursun. Olmuşsa Sonra yeşillik konur 2 dk daha yoğrulur.

Not: Eti ekledikten hemen sonra salçayı ilave etmeyin neden mi diye sorarsanız salça asıtlı olduğu için etin  
ölmesine neden oluyor. Bulgurun şişmeden pişmesi için buz parçaları ilave edebilirsiniz.