



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİĞ KÖFTE (ŞANLIURFA)

700 gr köftelik ince bulgur
350 gr kıyma
2 yemek kaşığı salça varsa 1 kaşıkta biber salçası
1 orta boy ince kıyılmış kuru soğan
100 gr isot
4 adet soyulmuş domates
3 çay bardağı limon suyu
Kimyon, karabiber ve köfte otu karışımı baharat
15 bağ maydanoz (ince ince kıyılmış)
6 adet yeşil soğan (ince ince kıyılmış)
1 baş ezilmiş sarımsak

Kuru soğan, salça ve isotun yarısını yarım su bardağı su ile ıslatarak karıştırın. Bulguru ilave ederek bulgurlar yumuşayana kadar domatesleri teker teker ilave ederek yoğurun. Bu işlem yaklaşık 20-30 dk sürecektir. Domatesleri her eklediğinizde iyice ezerek parçalanmasını sağlayınız. Kıymayı ve kalan isotu 1/2 (yarım) su bardağı su ve 1,5 çay bardağı limon ile ayrı bir yerde yoğurular ve bulgurla birleştirilir. 1 yemek kaşığı karışık baharat(kimyon, karabiber, köfte otu) eklenerek yaklaşık 20-25 dk yoğurular. Son olarak İnce ince kıyılmış olan yeşil soğan, sarımsak, maydanoz ve 1,5 çay bardağı limon suyu ilave edilerek karıştırılır ve servis yapılır. Yanında salata ve marul ile servis edebilirsiniz.

