



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİĞDEN FIRINDA BİLYE KÖFTE

Yarım kg kıyma

1 baş soğan

1 diş sarımsak

1 çay kaşığı kimyon

1 çay kaşığı karabiber

2 çay kaşığı tuz

1 su bardağı galeta unu

1 adet yumurta

Sebze için:

1 adet havuç

1 adet patlıcan

1 adet kabak

1 adet patates

1 su bardağı haşlanmış bezelye

2 çorba kaşığı zeytinyağı

1 çay kaşığı tuz

Köfte malzemesi bir araya getirilir. Harçtan bilye gibi köfteler yuvarlanır. Sebzeler soyulur, minik küp şeklinde doğranır. Tuz ve zeytinyağı eklenir, harmanlanır. Fırın kabına konur, düzeltilir. Üzerine hazırlanan köfteler dizilir. 185 derece fırına verilir. Yaklaşık 35 dakika pişirilir. Servis yapılacağı zaman dikkatlice karıştırılır ve tabaklara konur.