



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CIĞERLİ BULGUR KÖFTESİ

350 gram ciğer
1+1/3 su bardağı ince bulgur
2 adet soğan
4 adet sivri biber
Yarım demet maydanoz
4 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı fesleğen
Tuz, karabiber, pulbiber
Servis için:
Yoğurt

Biberlerin çekirdek yataklarını çıkartıp, soğanların kabuklarını soyun. Biber, soğan, fesleğen, karabiber, pulbiber, maydanoz ve tuzu blenderden geçirin. Yıkayıp zarını çıkardığınız ciğeri ilave edip tekrar blenderden geçirin. Karışımı geniş bir kaba alıp bulguru ekleyin. Bulgurlar yumuşayana kadar hiçbir şey ilave etmeden çiğ köfte gibi yoğurun. Ceviz büyüklüğünde yuvarlak-yassı köfteler yapın. Bir tencerede bol su kaynatın. Ciğer köftelerini kaynayan suda haşlayıp servis tabağına alın. Tereyağını küçük bir tavada eritip, pulbiberi yakın. Köftelerin üzerine gezdirip, yoğurtla servis yapın.

