



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİĞKÖFTE

Refika Birgül

250 gr. Bonfile, Kara Et Veya Tranç
1 su bardağı (yaklaşık 250 gr.) Esmer Çiğ Köftelik Bulgur
1 çorba kaşığı Domates Salçası
1 çorba kaşığı Acı Biber Salçası
1 çorba kaşığı Tatlı Biber Salçası
1 adet Soğan
2 diş Sarımsak
6 adet Taze Soğan
1 çorba kaşığı İso
1 çorba kaşığı Sumak
1 parça Zencefil (Ceviz Büyüklüğünde)
Yarım bağ Maydanoz
2 dal Nane
5 tatlı kaşığı Kimyon
1 tatlı kaşığı Karabiber
2 çorba kaşığı Nar Ekşisi
3 çorba kaşığı Zeytinyağı
Tuz
Yedikule Marul
Limon
Lavaş
Turplu Yandaş

Yoğurma işlemine başlamadan, 1 tane çorba kaşığı isot ve sumanın üzerine açılmaları için 3-4 çorba kaşığı sıcak su ilave edin ve bir süre bekletin. Mutfak robotuna rende aparatını yerleştirip 1 adet soğan, 6 dal taze soğanın beyaz kısımları ve 2 diş sarımsağı atarak rendelenmesini sağlayın. Bu karışımı yoğuracağınız tepsiye alıp üzerine 1 su bardağı ince bulgur ile 1 çorba kaşığı tatlı biber salçası, 1 çorba kaşığı acı biber salçası, 1 çorba kaşığı domates salçası ekleyin ve yoğurmaya başlayın. Diğer elinizin avucunu duvar gibi kullanıp, kol kuvveti aldığınız elinizle iyice yoğururun. Yoğururken içine güzel bir ekşilik vermesi için limon eklemek bazı yörelerin adeti. Bende bundan esinlenerek mayhoş tadını salça ile çok yakıştırdığım zencefil kullanacağım. Zencefili birkaç parçaya bölerek tepsiye alın. Yaklaşık 10 dakika yoğrulduktan sonra baharatları ekleyin. 2 çorba kaşığı kimyon, 1 tatlı kaşığı karabiber ile sumakla isotu da ekleyip ve yoğurmaya devam edin. Bulgur hafif pişip, dişe gelir hale gelince mutfak robotuna bu sefer 250 gram bonfileyi birkaç parçaya bölerek yerleştirin ve macun halini alana dek çekin. Zencefil parçalarını çıkararak, eti de tepsiye ekleyip en az 20 dakika daha yoğurun. Çiğ köfteyi toplamda en az 40 dakika yoğurmak gerekiyor. Arada tadına bakarak kıvamını anlayabilirsiniz. Çiğ köfte tamam olunca içine 2 çorba kaşığı nar ekşisi ve güzel bir parlaklık vermesi için 3 çorba kaşığı zeytinyağı ilave edin. Çiğ köftenin olmazsa olmaz yeşillikleri, kıyılmış ½ bağ maydanoz, 2 dal taze nane ve taze soğanı da katıp, şekil verin. Yedikule marul ya da lavaşın içine koyup, Turplu Yandaş ile birlikte hemen servis etmenizi öneririm.



© lezzetler.com tarif no:123297 • adı:Çiğköfte • gönderen:serüven • indirme tarihi:06.04.2025 - 22:28