



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇÖÇ KÖFTESİ (ADANA)

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

- 1 su bardağı ince bulgur
- 500 gram kıyma
- 1 adet rendelenmiş soğan
- 1 adet yumurta
- 1 kahve fincanı galeta unu
- 1 tatlı kaşığı salça
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı kimyon (tavada kızartılmak istenirse)

Bulguru 1 su bardağı kaynar su ile ıslatın ve 10 dakika kadar bekletin.
Köfte için tüm malzemeleri bir araya getirip yoğurun.
Karışımın içine şişmiş bulguru ekleyip yoğurmaya devam edin.
Homojen bir kıvama geldiğinde, ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp elinizle yassılaştırın.
Köftelerinizi yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisine dizin.
180 derecede 30 dakika pişirin.

