



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇÖKELEKLİ ÇİĞ KÖFTE (MALATYA)

MALZEMESİ:

250 gr. çiğ köftelik bulgur

250 gr. çökelek

1 kuru soğan

2 sap taze soğan

1 demet maydanoz

1 çorba kaşığı katıyağ

kırmızıbiber

karabiber.

Bulguru ılıksuyla ıslatın ve üstünü örterek 15 dk. bekletin. Üzerine, doğranmış kuru soğan, çökelek, yağ, kırmızıbiber, karabiber ve tuz ekleyip çiğ köfte gibi ezerek yoğurun. İnce kıyılmış taze soğanla maydanozu da ekleyerek tekrar yoğurun. Çiğ köfte gibi sıkarak köfteler yapın.

[ML® Çökelek Salatası için tıklayın](#)