



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DENİZ ÜRÜNLERİ KÖFTESİ

Eyüp Sevinç

200 g. Mezgit
1 adet fileto palamut
3,5 su bardağı galeta unu
1 yemek kaşığı çam fıstığı
1 tatlı kaşığı kuş üzümü
4 adet yumurta
¼ bağ maydanoz
¼ bağ dereotu
Yeteri kadar mısır unu
2 çay bardağı ayçiçek yağı

Balıkları ayıklayıp ayrı ayrı haşlayın. Hepsini blenderdan geçirip galeta unu, mısır unu, çam fıstığı, dereotu ve maydanozu ekleyin. Üzerine 2 adet yumurta kırıp karıştırın ve köfte hamuru elde edene kadar yoğurun. İnce uzun köfte şeklinde şekil verip mısır ununa bulayarak kızgın ayçiçek yağında köfteleri kızartın. Yeşillikler eşliğinde sıcak olarak servis edin.

