



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOĞABA (VAN)

www.sefabdullahusta.com

1,5 su bardağı aşurelik buğday
750 gram kemikli et (kol veya kaburga)
500 gram süzme yoğurt
1 adet yumurta
1 çorba kaşığı un
2 çorba kaşığı tereyağı
Nane
Kekik
Tuz
Kırmızı pul biber
Köfte malzemesi:
500 gram kıyma
1 su bardağı pirinç
Tuz
Nane
Kekik
Karabiber

Buğdayı akşamdan ıslatın. Ertesi gün yıkayıp süzün.

Orta boy bir tencerenin yarısına kadar su doldurun. Buğdayı ve kemikli eti ilave edip kısık ateşte pişirin.

Köfte için pirinci 1-2 saat ıslatın.

Süzüp robottan geçirin. Kıyma, tuz ve baharatları ekleyip yoğurun.

Köfte harcından fındık büyüklüğünde parçalar koparıp elinizi ıslatarak yuvarlayın.

Süzme yoğurdu bir kaba alın, içine yumurta ve unu ekleyip çırpın. Birazda su ekleyip boza kıvamında bir karışım elde edin.

Yoğurtlu karışımı etli buğdaya ilave edin. Kaynamaya başlayınca köfteleri ekleyip pişirin. Tencereyi ocaktan alın.

Tavada 2 kaşık tereyağını kızdırın.

Tuz ve baharat ekleyip karıştırın ve hazırlamış olduğunuz sosu yemeğin üzerine gezdirip servis yapın.



