



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

DOMATESLİ ET KÖFTESİ

Yarım kg kuzu kuşbaşı
1 adet orta boy domates
1 adet soğan
4 dilim bayat ekmek içi
1 çay bardağı un
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz

Kuşbaşı et biraz daha küçültülür. Ekmek dilimlerin üzerine soğan ve domates rendelenir. Un da eklenir, bulamaç olana kadar karıştırılır. Sonra et, kimyon, karabiber ve tuz ilave edilir. Bütünleşene dek yoğrulur. Harçtan ceviz kadar parçalar alınır, şekillendirilir. Yağlı kağıt serilmiş tepsiye dizilir. 190 derece fırında yaklaşık 25 dakika pişirilir.