



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ BULGUR KÖFTESİ

2 su bardağı köftelik(ince)bulgur

1 su bardağı irmik

Tuz

Sosu için:

1 adet kuru soğan

1 yemek kaşığı salça

1 yemek kaşığı margarin

Karabiber

Pulbiber

1 adet limon suyu

1,5 su bardağı sıcak su ile bulgur ve irmiği ıslatıyoruz ve 1 saat bu şekilde dinlenmeye bırakıyoruz, daha sonra tuzunu ekleyerek ve su ile elimizi ıslatarak yoğuruyoruz (hamur gibi olana dek). Yoğurduğumuz karışımdan fındık büyüklüğünde parçalar yuvarlayıp hazırlıyoruz, diğer tarafta soğanımızı ufak ufak doğrayıp ya da rondoda çekip yağda azcık kavurduktan sonra salçasını ve baharatını ekliyoruz ardından göz kararı suyunu(çok sulu seviyorsanız suyu artırabilirsiniz) ekleyip kaynayınca köftelerimizi döküyoruz. Ben bunu yeşil mercimekli yaptım yani suyuna 1 su bardağı yeşil mercimek ekledim ama istenirse ıspanaklı, patlıcanlı da yapılabilir.