



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ KÖFTE (KARATAŞ ADANA)

Duygu Özcan

- 1 bardak kahverengi ince bulgur
- Yarım bardak un
- İki kez çekilmiş 200 gram kıyma
- Yarım su bardağı irmik (akşamdan bir bardak sıcak suyla ıslatılmış)
- 300 Gram Kemikli et
- 1 Su Bardağı Haşlanmış Nohut
- 1 Çay Kaşığı Nane
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- 1/2 adet Limon Suyu
- 1/1 Çay Bardağı sıvıyağ
- 1 Çorba Kaşığı Biber Salçası

Bulguru soğuk suyla ıslatıp kenara bırakılır.

Sıvı yağı tencereye alıp biber salçasını bir miktar öldürdükten sonra eti, nohutu karışıma ekleyip pişmeye bırakalım.

Bulgurun içine irmik, un, tuz ve iki kez çekilmiş et eklenip yoğrulur. Yoğurduğunuz harcı misket büyüklüğünde toplar haline getirebilirsiniz. Haşlanmış olduğunuz etin içine topları atıp karıştırın, bulgurlar pişinceye kadar kaynatın. Üzerine nane, karabiber ve tuzunu ekleyip 5 dakika kadar daha kaynatıp indirebilirsiniz.

