



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ ŞALGAM (MUSUL IRAK)

Sığınmacılar ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği

½ kg şalgam
Birkaç dal kereviz sapı (süsleme için)
1 kg kemikli et
1 bağ pazı
3 adet yeşil biber
1 çay kaşığı karabiber
2 kaşık nar ekşisi
Pirinç unu
İçi için:
1 kg kıyma
½ kg soğan
1,5 kg ince bulgur

Eti ateşe koyarım ve soğanları ince ince doğrarım. Karabiber, pazı, kereviz sapları, pirinç unu ve biraz su ile bütün malzemeler solana kadar pişiririm.

Sonra şalgamı kare kare ya da dilim dilim doğrayıp eklerim.

Kıymayı yapmak için ince ince doğranmış eti, ince ince doğranmış soğanı, biraz karabiber ve baharat ekleyerek ateşe koyarım.

Pişene kadar bekler sonra ateşi kapatırım.

İnce bulguru suda ıslatıp tuz ekleyerek 15 dakika bekletirim. Sonra elle yoğururum.

Kıymayı bezelere ayırırım. Sonra köfte şeklini veririm.

Bir tencereye kaynar su koyup ateşin üzerine koyarım. Sonra köfteleri kaynayan suya bırakırım. Su üzerinde yüzdüklerinde sudan çıkarırım.

İkinci tencereye de geri kalan malzemeleri şalgam, kereviz sapları, biber, pazı, domates salçası, nar ekşisi, baharatı ve karabiberi eklerim, çorba kıvamına geldiğinde derin tabaklara döküp içine köfteleri koyarım.