



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ MAYDANOZLU TOPALAK

- 1 kilo kıyma
- 1 su bardağı ince bulgur
- 1 adet yumurta
- 1 su bardağı haşlanmış nohut
- 1 yemek kaşığı un
- 1 yemek kaşığı sana yağı
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 4 su bardağı su
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı tuz
- 10 yaprak maydanoz

Geniş bir kâsenin içine kıyma, bulgur, yumurta, ince ince doğranmış maydanoz, un, tuz ve karabiberi ilave edip hepsini birlikte 10 dakika boyunca iyice yoğurun. Hazır olan köfte harcından misket kadar parçalar koparıp, yuvarlayın. Haşlanmış nohudun kabuklarını tek tek soyun. Geniş bir tencerenin içine sana yağımızı ve salçayı koyup, kavurun. Suyu tencereye dökün ve kaynatın. Su kaynayınca içine köfteler ile nohutumu koyup, ocağın altını kısın ve yavaş yavaş pişmeye bırakın. Köfteler yumuşadığında tencereyi ocaktan alın ve kevgirle tencerenin içindeki nohut ve köftelerin hepsini servis tabağına alın. Üzerine tencerenin içindeki salçalı sudan çok az alıp sos gibi gezdirerek dökün. İnce ince kıyılmış maydanozları köftelerin üzerine serpin ve ikram edin.
