



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETSİZ ÇİĞ KÖFTE

[www.sefabdullahusta.com](http://www.sefabdullahusta.com)

2 su bardağı ince bulgur  
1 orta boy kuru soğan  
4-5 diş sarımsak  
1 yemek kaşığı domates salçası  
4 yemek kaşığı biber salçası  
2 domates rendesi  
Tuz  
Pul biber  
Kırmızı toz biber  
Kimyon  
Karabiber  
Kekik  
Nane  
2-3 adet taze soğan  
1 demet maydanoz

Öncelikle yapacağımız çiğ köfteyi herkesin kolay yapması için basit bir şekilde tarif edelim. 1 kilogram çok ince çekilmiş bulgurumuzu tepsiye dökelim ve 200 gr ceviz tozunu ekleyelim. Biber salçası, domates salçası, ketçap, isot, tarçın, toz biber, çiğ köfte baharatını geniş bir kabin içerisine ekleyelim, eklediğimiz baharatlar ve malzemeler krema kıvamına gelene kadar çırpalım. Tepsimizin içine ceviz ve bulgurumuzu ilave edip, sıcak su ile ıslatalım. bulgur sakız kıvamına gelene dek yoğurmaya devam edelim. Yoğurduğumuz bulgur için tekrar ekleyeceğimiz suyu hazırlayalım. 2 bardak su ve iki yemek kaşığı et toz bulyonu ekleyelim ve 5 dakika kaynatalım.

Kasenin içerisindeki baharatlı ve salçalı sosu, yumuşayan bulgura ekleyelim ve tekrar yoğurmaya devam edelim. Kaynayan et suyunu bulgurumuza ekleyip yoğurmaya devam edelim. Köftenin tuzuna bakıp isterseniz tekrar ekleme yapabilirsiniz. Son işlem olarak yağı ekleyip yoğurmaya devam edelim, etsiz çiğ köfte sakız kıvamında olmalıdır. Tepsimizin köşesine çekip dinlendirmeye bırakalım. Çiğ köfte kıvamını alana kadar bekleyelim.

Çiğ köfteyi yaparken limon suyu ve nar ekşisi eklemeyin, limon suyu ve nar ekşisi sadece kısır yaparken kullanılır. Marulla servise başlayabilirsiniz. Sarımsağı isterseniz toz şeklinde kullanabilirsiniz. Sosumuzun tarifi : Bir çay bardağı nar ekşisi, dört çorba kaşığı isot, yarım limon, yarım çay bardağı sıvı yağ. İyice karıştırılmalı ve servis edelim.



---

© lezzetler.com tarif no:166774 • adı:Etsiz Çiğ Köfte • gönderen:Selver Somuncu • indirme tarihi:03.04.2025 - 06:14