



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FASULYE YAPRAĞI KÖFTESİ (MALATYA)

1 kg fasulye yaprağı
500 gr unlu bulgur
250 gr fasulye
4 adet domates
5 adet biber
3 adet soğan
125 gr tereyağı
2,5 kaşık salça
1 tatlı kaşığı pul biber karabiber tuz
0,5 çay bardağı sıvı yağ

Köftelik bulguru ıslatıp fasulye yapraklarını sarıp pişirelim diğer tarafta fasulyeleride haşalayalım soğanı biberi doğrayalım tereyağı ve sıvı yağla pembeleşinceye kadar kavuralım üstüne domateside ekliyelim salça tuz ve baharatları eliyelim içine haşaladığımız fasulyeleride koyalım 1 çay bardağına yakın su ekleyip pişirelim diğer tarafta sardığımız köfteler piştiyse süzük yapıyığımız karışıma ekliyelim 10 dakika böyle pişirip servis yapalım.