



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FELLAH KÖFTESİ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Köfte için:

2 su bardağı ince bulgur
1 su bardağı irmik
1,5 su bardağı sıcak su
1 adet yumurta
1 yemek kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
1 yemek kaşığı un

Sosu için:

3 yemek kaşığı zeytinyağı
3 diş sarımsak
2 yemek kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı kuru nane
Yarım limonun suyu
Maydanoz (üzeri için)

Geniş bir kabın içine ince bulguru ve irmiği koyun. Üzerine sıcak suyu ekleyip karıştırın ve kabın üzerini kapatarak 10-15 dakika kadar bekletin. Bulgur suyu çekip yumuşadığında karıştırmaya başlayabilirsiniz. Yumuşayan bulgurun üzerine yumurta, domates salçası, kimyon, karabiber ve tuzu ekleyin. İyice yoğurun ve hamurun kıvamını artırmak için 1 yemek kaşığı un ekleyin. Yoğurma işlemi köftelerin dağılmaması için çok önemli, bu yüzden en az 10 dakika kadar yoğurmanız gerekir.

Yoğurduğunuz bulgur hamurundan küçük parçalar koparın ve avucunuzda yuvarlayarak misket büyüklüğünde köfteler yapın. Ortalarına parmağınızla hafifçe bastırarak çukur oluşturun. Geniş bir tencerede su kaynatın ve içine biraz tuz ekleyin. Hazırladığınız köfteleri kaynayan suya atın. Köfteler suyun yüzeyine çıkmaya başladığında, piştiğini anlayabilirsiniz. Pişen köfteleri süzgeçle sudan çıkarın. Zeytinyağını tavada kızdırın, ince doğranmış sarımsakları ekleyip kavurun. Domates salçasını ve baharatları ekleyip karıştırın. Limon suyunu da ekleyerek sosu hazırlayın. Son olarak haşlanan köfteleri tavaya ekleyip sosla karıştırın.

Fellah köftesini servis tabağına alın ve üzerine ince doğranmış maydanoz serpin. Yanına yoğurt ekleyerek de servis edebilirsiniz.



© lezzetler.com tarif no:180072 • adı:Fellah Köftesi • gönderen:dolu • indirme tarihi:12.05.2025 - 07:13