



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

FIRINDA BULGURLU KÖFTE

Yarım kg kıyma
1 ay bardağı pilavlık bulgur
1 adet kuru soğan
1 orba kaşığı margarin
1 ay kaşığı kimyon
1 ay kaşığı karabiber
2 ay kaşığı tuz

Bulgur haşlanır ve suyu süzölür. Soğan rendelenir. Diğler malzemeler bir araya getirilir ve bütünleşene kadar yoğrulur. Sonra köfte harcından ceviz kadar parçalar alınır. Oval şekil verilir. Yağlanmış fırın kabına dizilir. 190 derece fırında yaklaşık yarım saat pişirilir.