



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA İÇLİ KÖFTE

450 gram bulgur (köftelik)
3 su bardağı su (kaynar)
Tuz
1 adet patates (haşlanmış)
1 adet yumurta (çırpılmış)
1 çorba kaşığı un
1 çay kaşığı kimyon
3 diş sarımsak
içi:
500 gram kıyma
2 soğan (rendelenmiş)
2 çorba kaşığı kuşüzümü
1 çay bardağı ceviz (iri dövülmüş)
10 sap maydanoz (ince kıyılmış)
1 çay kaşığı yenibahar
Karabiber
Tuz

Bulguru içine mutfak tülbenti yayılmış bir süzgecin içine koyun. Suyu bulgurun üzerine gezdirin. Bulgurun üzerine kapak kapatıp 15 dakika dinlendirin. Bu süre içinde bulguru bir kez karıştırın. Patatesleri rendeleyin. Bulgur, yumurta, un, tuz, kimyon ve sarımsağı ilave edip yoğurun. Isıtılmış yağda soğanlar sararınca kadar soteleyin. Kıymayı koyup karıştırarak 5 dakika daha soteleyin. Kalan iç malzemelerini harmanlayın. Karışımın yarısını yağlanmış fırın kabına yayın. İç harcı bunun üzerine, kalan bulgurlu malzemeyi de iç harcın üzerine yayın. Fırında üzeri sararana kadar pişirin.