



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINLANMIŞ BALKABAĞI VE LOKUM KÖFTE

Pınar İllaki Lokum Köfte
1 Adet Balkabağı
1 Yemek Kaşığı Nar Tanesi
Maydanoz
2 Diş Sarımsak
Biberiye
Tuz
Karabiber
Toz Biber
50 G Tereyağı

Balkabağını soyun.
Ortadan ikiye kesip içini temizleyin.
Ardından iki çöp şiş arasına koyup üzerinden kesikler atın.
Çukur bir kaptan tereyağı, doğranmış sarımsak ve baharatı karıştırın.
Balkabaklarının üzerine fırça ile sürün.
Fırın tepsisine yerleştirin.
Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika fırınlayın.
Köfteleri pişirme talimatlarına uygun şekilde pişirin.
Birlikte servis edilir.
Üzerini nar ve maydanoz ile süsleyebilirsiniz.

