



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FISTIKLI EKMEKSİZ KÖFTE

600 gram kıyma
1 soğan
3 diş sarımsak
Yarım demet maydanoz
Kimyon, karabiber
2 çorba kaşığı tereyağı
2 su bardağı su
1 çay kaşığı şeker
1 çay bardağı dolmalık fıstık

Kıymayı yoğurma kabının içine alın. Üzerine rendelenmiş soğanı ve sarımsağı ekleyin. Kıyılmış maydanozu, baharatları üzerine ekleyip köfte harcını iyice yoğurun. Tereyağında fıstıkları kavurup ince dövün ve köfte harcının içine ekleyin. İnce yuvarlak şekilde köfteler yapın. Köfteleri kızarıncaya kadar fırında ya da tavada 10 dakika kadar pişirin. Servis tabağına alıp sıcak ikram edin. Yanında soğan salatası da çok yakışıyor. Özellikle bu kış aylarında soğanı bol bol salata yapıp çiğ tüketin diyor uzmanlar.