



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

FISTIKLI KÖFTE

500 gram yağsız kıyma
3 diş ince kıyılmış sarımsak
2'şer çorba kaşığı dolmalık fıstık ve galeta unu
1 çay kaşığı pulbiber
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı keçi peyniri
Tuz
Karabiber
8 dal ince kıyılmış maydanoz
Kızartmak için:
Sıvıyağ
Garnitür için:
15 adet arpacık soğan
3 adet patates
1'er çorba kaşığı limon suyu ve elma sirkesi
2 su bardağı tavuk suyu
3 dal reyhan veya fesleğen
2 çorba kaşığı soya sosu

Kıymayı derin bir kaseye alın. İçine sarımsak, dolmalık fıstık, galeta unu, pulbiber, zeytinyağı, keçi peyniri, tuz ve karabiberi katın. En son maydanozu ilave edip bütün malzemeyi iyice yoğurun. Ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp köfteler hazırlayın. Kızgın yağda kızartın ve servis tabağına alın. Diğer taraftan bir tencereye kabukları soyulmuş arpacık soğanları ve doğranmış patatesleri koyun. Üzerine 2 su bardağı tavuk suyu ilave edin. Patatesler yumuşayınca kadar haşlayın. İçine limon suyu, elma sirkesi, reyhan ve soya sosu katarak 5 dakika kaynattıktan sonra köfte ile beraber servis yapın.