



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMUR KÖFTESİ

1 su bardağı ince bulgur
2 su bardağı un
1 orba kaşığı salça
1 ay kaşığı kuru nane
1 ay kaşığı kuru reyhan
1 ay kaşığı tuz
Alabildiğı kadar su
Sos için:
1 dolu çorba kaşığı salça
2 diş sarımsak
5 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz
1 su bardağı haşlanmış nohut

Su hariç bütün hamur malzemesi bir tepsiye konur ve karıştırılır. Sonra bütünleşene kadar su eklenerek yoğrulur. Hamurdan fındık kadar yuvarlak köfteler yapılır. Sos malzemesi tencereye konur, kaynamaya başlayınca köfteler atılır. 10 dakika sonra haşlanmış nohutlar eklenir. 5 dakika daha pişirilir.