



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HANIM ABLA KÖFTESİ

Yarım kg kıyma
1 adet soğan
1 diş sarımsak
1 çay bardağı galeta unu
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
Ayçiçek yağı

Evvla soğan ve sarımsak rendelenir. Üzerine diğer köfte malzemeleri konur, özleşene kadar yoğrulur. Buzdolabında 1 saat dinlendirilir. Sonra küçük ceviz kadar parçalar alınır, yuvarlanır ve yassılaştırılır. Yanmaz tavaya sığ yağ konur. Orta ateşte iyice ısınınca köfteler yerleştirilir. İki yüzleri de kızartılır.
