



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HAŞLAK KÖFTE

250 gr kıyma
1 su bardağı ince bulgur
1 adet kuru soğan
1 orba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
3 su bardağı et suyu

Bulgurun zerine soğan rendelenir, karıştırılır. 10 dakika kadar bekletilir. Sonra diğerk malzemeler eklenir ve bütünleşene kadar yoğrulur. Köfte harcından ceviz kadar parçalar alınır. Yassı ve yuvarlak köfteler yapılır. Kaynamakta olan et suyuna atılır. 15 dakika kadar haşlanır. Sıcak servis yapılır.