



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAŞLAMA İÇLİ KÖFTE

200 gram içli köftelik yağsız kıyma
2 su bardağı ince bulgur
1 çay bardağı irmik
1 çorba kaşığı salça
Yarım kuru soğan
Tuz
Soğuk su
İçi için:
500 gram yağlı kıyma
2 soğan
1 demet maydanoz
Tuz
Karabiber
2 çorba kaşığı tereyağı
3 diş sarımsak
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı ceviz içi

Öncelikle köftenin dışını yapmamız için geniş bir kabın içine bulguru, yağsız kıymayı, rendelenmiş yarım soğanı, salçayı, irmiği ve tuzu güzelce yoğurmaya başlayın. Üzerine azar azar su ekleyip yumuşak, macun kıvamında bir harç yapın. İçi için ise yağlı kıymayı tereyağında iyice kavurun. Daha sonra üzerine rendelenmiş soğanı ekleyip kavurmaya devam edin. Maydanoz, sarımsak, salça ve kıyılmış cevizleri ekleyip ocaktan alın. Bu harcı soğumaya bırakın. Elinizi ıslatarak bulgurlu harçtan bir parça kopartın, içlerini oyun. İçine de cevizli harcı ilave edip kapatın. Uçlarını sivrileştirin. Kaynayan tuzlu suda haşlamaya bırakın. Köfteler önce dibe çökecek ama piştikçe suyun yüzeyine çıkacaktır. İsterseniz üzerine limonlu yağlı sos yapabilirsiniz.