



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAŞLAMA İÇLİ KÖFTE

1 su bardağı ince bulgur
2 yumurta
1 çay bardağı irmik
100 gram yağsız et
Yarım çay bardağı sıvı yağ
1 çorba kaşığı acı biber salçası
İçi için:
2 soğan
300 gram kıyma
100 gram ceviz içi
Kimyon, karabiber, isot, yenibahar, tuz

Öncelikle iç harcını hazırlayıp soğutmak gerekiyor. Kıymayı soğanla kavurup cevizi, baharatı ekleyin, soğumaya bırakın. Hattâ donmuş olması daha makbulmüş. Dış harcı içinse ince bulgur, yumurta, irmik ve yağsız eti salçayla güzelce yoğurun. Macun kıvamına gelince parçalar koparın, elinizi suya batırıp içlerini oyun. Kıymalı harçtan doldurup kapatın, elinizde yuvarlayın. Kaynayan tuzlu suda haşlayıp sıcak servis yapın. Üzerine sarımsaklı sos da yakışıyor.



Fotoğraf "günaydın" tarafından gönderildi. 06.09.2014