



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVAN KÖFTESİ

MALZEMELER 4 Kişilik

6 adet baş biber
2 çorba kaşığı sade yağ
1 su bardağı ince bulgur
1 tatlı kaşığı fesleğen çiçeği
su bardağı su

YAPILIŞI

Baş biberler suya yatırılır. Bulgur yarım bardak su ile ıslatılır. Şişmiş biberler torumlarından ayrılarak temizlenir. Havan içine bulgurun yarısıyla beraber konularak dövülmeye başlanır. Bulgurun ezilmesi tamamlanınca geri kalan bulgur eklenerek dövme işlemine devam edilir. Bu işleme, ta ki biberle bulgur, iç içe ve bir hamur kıvamına gelinceye kadar devam edilir. Bu kıvamda iken içine sade yağ eklenip birkaç kez daha dövülerek malzemenin karışması sağlanır. Daha sonra küçük parçalar alınarak avuç içinde sıkılıp tabağa alınır ve servis edilir.