



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAVUÇLU TAVUK KÖFTE

- 1 adet tavuk göğsü
- 1 adet havuç
- 1 adet kuru soğan
- 1 dilim bayat ekmek içi
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı kimyon

Tavuk ve havuç iri parçalara kesilir, üzerine diğer malzemeler atılır, blenderde iyice çekilir. Sonra bir kaç dakika yoğrulur. Arzu edilen büyüklükte köfteler yapılır. Sıcak yağda kızartılır.