



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HELLİM PEYNİRLİ KABAK KÖFTESİ

<https://haber7.com>

2 adet küçük boy havuç
2 adet büyük boy kabak
300 gram hellim peyniri
4 dal taze soğan
2 yemek kaşığı taze kişniş
2 yemek kaşığı taze nane
2 adet çırpılmış yumurta
4 yemek kaşığı ekmek kırıntısı
1 tatlı kaşığı tuz (azaltıp artırılabilir)
1/2 tatlı kaşığı pul biber

Havuçları rendenin en ince tarafıyla, kabağı normal tarafıyla rendeleysin. Üzerlerine bir miktar tuz gezdirip, sularını salması için kenara alın.

Hellimi de rendeleyin.

Taze soğan, kişniş ve naneyi ince ince kıyın.

Kabak ve havucun biriken suyunu süzüp, malzemenin kendisini de iyice sıkıp, rendelenmiş hellime ekleyin.

Yeşillikleri, ekmek kırıntısını, yumurtayı ve baharatları da hellimli harç ile karıştırıp, 20-25 dakika buzdolabında bekletin.

Kızartmalık yağı kızdırın. Yeterli sıcaklığa ulaştığında arzu ettiğiniz şekilde parçalar alıp, koyu altın rengi olana dek kızartın.

Not: Yağa çok kalın parçalar atar ve ısıyı fazla yüksek tutarsanız, dışı pişer ama içi çiğ kalır. Azar azar küçük parçalar pişirerseniz yağ çektirmeden iyi bir kızartma yapmış olursunuz.

