



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇ YAĞLI IZGARA ORUĞU (HATAY)

Hatay Valiliği
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER

500 gr. köftelik et
200 gr. iç yağı
500 gr. ince bulgur
2 yemek kaşığı un
1 baş maydanoz
1 baş soğan
2-3 baş biber
iç malzemesi:
100 gr. ceviz içi
1 adet soğan
1 tatlı kaşığı kimyon
Karabiber ve tuz

YAPILIŞI

Bulgur ıslatılır. Yarım saat bekletildikten sonra, başka bir kap ta suda bekletilen baş biberler sıkılarak bulgurun üzerine eklenir. Soğan kıyılarak bulgurla karıştırılır ve kıyma makinesinden iki kez geçirilerek bir tepsiye alınır. Üzerine et, kimyon, un eklenerek yoğrulur. Hazırlanan bu harçtan portakal büyüklüğünde parçalar ayrılır. iç malzemenin hazırlanması: İç yağı havanda veya et dövme tokmağı ile merhem kıvamında olacak şekil alıncaya kadar dövülür. İçine kıyılmış soğan, ceviz, maydanoz, tuz ve karabiber eklenerek karıştırılır. Hazırlanmış olan portakal büyüklüğündeki köftelik harç ikiye bölünüp, bir tülbent veya el içinde, el ayası büyüklüğüne kadar açılır. Öte yanda hazırlanmış olan iç malzeme ile doldurulup üstü aynı şekilde yapılan köftelik harçla kaplanarak kenarları bastırılır. Buğday sapından yapılmış tabaklara yerleştirilerek pişmeye hazır hale getirilir. Pişirmek için mangada hazırlanmış odun kömürünün üzerine kül dökülerek yerleştirilen ızgaraya dizilir. Alt üst pişirilir ve sıcak servis edilir.