



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATES İÇLİ İÇLİ KÖFTE

3 su bardağı çiğ köftelik bulgur
1 tane kuru soğan
2 su bardağı un
3 tane patates
Yarım bağ maydanoz
1 su bardağı yoğurt
1 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı nane
1 su bardağı sıcak su
1 yemek kaşığı salça
1 yemek kaşığı margarin

Öncelikle geniş bir kapta bulgur haşlanır şişmeye bırakılır, sonra 1 tane soğanın yarısı bulgurun içine doğranır baharat katılır 1 su bardağı un katılır yoğurulur un bulgurun dağılmaması için katıldığı için miktarı ayarlanabilir. Yarım yemek kaşığıda salça katılır elde şekil alabilecek bi kıvama getirilir. tavaya kalan diğer yarım soğan doğranır yarım yemek kaşığı salça katılır baharatlanarak güzelce kavrulur önceden haşlanmış patatesler doğranır oda kavrulur maydanoz da katıldıktan sonra patatesli iç malzeme soğumaya bırakılır. Önceden hazırladığımız bulgurlu hamur elde yumurta şekli verilir içi parmagımızla oyulup patates katılır ke yumurta şekli verilerek kapatılır.hepsini böyle yapıp yarım saat kadar suda haşlayıp sarımsaklı yoğurtla margarinli yakılmış nane ile servis yapılır.