



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## İÇLİ KÖFTE (ADANA)

Ceyhan Belediyesi

1 su bardağı köftelik ince bulgur  
1/4 su bardağı su  
2 yemek kaşığı irmik  
1 yemek kaşığı un  
100 gram kıyma (iki kez çekilmiş)  
1 adet rendelenmiş kuru soğan  
1 adet yumurta  
1/4 çay kaşığı tuz  
İç harcı için:  
200 gram orta yağlı kıyma  
1 adet kuru soğan  
1 yemek kaşığı tereyağı  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 tatlı kaşığı domates salçası  
50 gram ince çekilmiş ceviz içi  
1 çay kaşığı tuz  
1 çay kaşığı pul biber  
1/2 çay kaşığı kimyon  
1/2 çay kaşığı karabiber  
Haşlamak için;  
Su  
Tuz

İç harcının hazırlanışı; soğanı küp küp doğrayın. Tavada tereyağını eritin soğanları ekleyin. Kuru soğanların içine kıymayı ilave edin ve kavurun. Biber salçası, domates salçası, ceviz içi, tuz, karabiber, kimyon ve karabiberi ekleyerek kavurma işlemine devan edin. Hazırlanan iç harcı soğumaya bırakın.

Dışının hazırlanışı; köftelik ince bulguru çukur bir kaba dökün. Kıymayı, irmiği, unu, rendelenmiş soğanı, yumurtayı ve tuzu ilave edin. Suyu yavaşça ekleyerek tüm malzemeyi iyice yoğurun. Yumurta büyüklüğünde parçalar alarak elinizde yuvarlayın, parmağınız yardımıyla içini oyun kolay şekil vermek için elinize suya batırın.

İç harcı içine doldurarak liman şekli vererek kapatın.

Kızarmak için; Ayçiçek yağını tavada kızdırın. İçli köfteleri kızgın yağda maşa yardımıyla çevirerek kızartın. Soğumadan servis edin.



---

© lezzetler.com tarif no:139142 • adı:İçli Köfte (Adana) • gönderen:burdur'lu • indirme tarihi:19.09.2024 - 15:42