



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE (BATMAN)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

½ kg. İnce bulgur

½ kg. Yarma irmik (simeyt)

Tuz

Kişişi:1 yemek kaşığı (dövülmüş olarak)

İç Malzemeleri:

4 büyük baş sotelenmiş kuru soğan

½ kg. kuzu kıyma

½ demet maydanoz

Karabiber

Yenibahar

Arzu edilirse ceviz içi

Soteleşen soğan yağda öldürülür. Kıyma ilave edilir, kavrulur. Maydanoz, tuz, karabiber ve yenibahar ilave edilip soğumaya bırakılır. Dış malzemeler bir tepside ½ saat ıslatılıp dinlendirilir. Daha sonra iyice yoğrulur. Orta yumuşaklıkta bir hamur elde edilir. ½ saat dinlendirildikten sonra ceviz büyüklüğünde bezeler alınıp köfteler açılır. İçine hazırlanan harç konup kapatılır. Tuzlu ve az yağ ilave edilmiş suda 10-15 dakika kaynatılır. Yüzeğe çıkanlar toplanıp servis tabağına konur.

