



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## İÇLİ KÖFTE (BATMAN)

### GAP Eylem Planı

½ kg galeta unu  
4 yumurta sarısı  
1 kg düğürçük  
300 gr kıyma  
2 çay kaşığı kimyon  
2 baş soğan  
50 gr ceviz içi  
7 tür baharat (köfte baharatı),  
100 gr yeşil biber  
2 çay kaşığı karabiber  
2 yemek kaşığı isot  
1 tatlı kaşığı tuz  
Bulgur

Yumurta sarısı nemlendirecek ölçüde sıcak suyla karıştırılarak yarım saat dinlendirilir. Yağ kızartılır kıyma biraz kavrulduktan sonra soğan eklenir. 100 gr kadar yeşilbiber eklenerek iyice kavrulur. Kızartma bitmeden biraz önce baharat çeşitleri karıştırılır. Ceviz içi de irice dövülerek eklenir. Ocaktan indirildikten bir saat sonra donar. Donduktan sonra ceviz büyüklüğünde yuvarlaklar yapıp tepsiye dizilir ve dondurucuya atılır. Galeta unuyla köfte bulgurundan yapılan hamur açılır ve donmuş köfteler açılan hamurun içine konur. Tepsi hafif yağlandıktan sonra köfteler dizilir. Kızdırılan sıvıyağ içerisine atılır. Birbirine değdirmekten kızartılır.

Not: Ayrıca yörede kaynar suda haşlanarak pişirme yöntemi de yaygındır.

