



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE (DİYARBAKIR)

Sığınmacılar ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği

½ kg köftelik bulgur

½ kg kısırlık bulgur

½ kg kıyma

2 kg soğan

Pul biber

Karabiber

Ceviz

Maydanoz

Yağ

Tuz

Salça

Bulgurları tuzlu su dolu bir kapta bir süre ıslatıyor, sonra yoğurup bırakıyorum. İçini hazırlamaya geçiyorum.

Soğanları ufak ufak doğrayıp biraz yağ ile tavada kavururum.

Sonra kıymayı da kavurup içine salçayı, biber, karabiber, tuz, maydanoz ekleyip karıştırıp soğumasını bekliyorum.

İsteğe göre harcın içine ceviz de koyabiliriz.

Islattığım ve yoğurduğum bulguru elimi ıslattıktan sonra yumurta şeklinde açarım.

İçine kıyma harcını koyup kapatırım.

Bir tencerede su kaynatıp açtığım köfteleri kaynayan suya atarım.

Köfteler suyun üstüne çıkınca servis tabağına alırım.

İsteğe göre yumurtaya batırıp kızartabiliriz de.