



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE DOLMASI (BREZİLYA)

200 gr margarin
2 adet tavuk göğsü
1 adet zar şeklinde doğranmış domates
1 adet rendelenmiş havuç
4 adet ince kıyılmış taze soğan
2 diş sarımsaklar rendemiş
10 dal ince kıyılmış maydanoz
1 çay kaşığı tepeleme tuz
1 çay kaşığı tepeleme karabiber
Hamuru için:
2 su bardağı tavuk suyu
Yaklaşık 3 su bardağı un
1 çorba kaşığı margarin
Kızartmak için:
1 adet yumurta
1 çorba kaşığı süt
2 su bardağı Galeta unu
250 gr margarin

Tavuk göğüsleri haşlanır, didiklenir. Doğranmış domates, taze soğan, rendelenmiş havuç, sarımsak rendesi, ince kıyılmış maydanoz, didiklenmiş tavuk etleri bir kaptaki karıştırılır. Üzerlerine 1 yemek kaşığı sana yağı ertilmiş 1 yemek kaşığı tavuk suyu ve tuz, karabiber eklenir. Başka bir kaba un dökülür, ortası açılır ve soğumuş tavuk suyu ile 1 yemek kaşığı ertilmiş yağ eklenir. Hamur yapışmaz bir kıvama gelinceye dek yoğurulur. 20 dakika bekletilir. Sonra hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar alınarak avuç içerisinde tıpkı poğaça yapar gibi açılır. Ortasına malzeme konulur ve kenarları üstte getirilerek bohça gibi katlanır. Bu işlemi yaparken hamurun yırtılmamasına ve tamamen kapalı olmasına özen gösterilmelidir. Hamurun şekli armuta benzemektedir. Başka bir kaptaki 1 yumurta 1 yemek kaşığı süt ile çırpılır. Bohça halindeki hamurlarımız önce bu karışıma batırılır ardından galeta ununa bulanarak kızmış yağda kızartılır.

