



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE (GAZİANTEP)

Deniz Baran

İçli köftenin önce içi hazırlanılır. Bunun için soğanlar küçük küçük doğranıp, kıyma ile beraber tavada pişirilir. Baharatları ve ceviz de ilave edildikten sonra ocaktan alınıp soğumaya bırakılır. Dışı için bulgur ve irmik su ile yoğurulur.

Bu işlem olduktan sonra da işaret parmağının yardımıyla avuç içinde döndürülerek bu toplardan içi oyuk, bir tarafı açık kubbeler hazırlanılır. Ortasına daha önce hazırlanmış olan iç malzemesi konulur ve ağzı kapatılır. Sıvıyağı derin bir tavada kızdırıldıktan sonra da köfteler kararmayacak şekilde kızartılır.

Not: Önceden elle yapılan işlem günümüzde makine ile de yapılabilir. Ayrıca içli köfteler kızartıldığı gibi bir kısmı da haşlama olarak pişirilebilir. Haşlama daha doyurucu ve kalın olmaktadır. Kızartılmış biçimi ise ince ve atıştırmalık niteliğinde olur. Kızartma çok yendiğinde insanın bünyesine ağır gelebilir; fakat haşlama öyle değildir.