



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇLİ KÖFTE (HINIS ERZURUM)

Kuzeydoğu Anadolu Kalkınma Ajansı

İç için:

1 çay kaşığı karabiber

1 tatlı kaşığı pul biber

250 gr. Dana kıyma (orta yağlı)

1 adet kuru soğan

1/2 demet maydanoz

1/2'er yemek kaşığı tereyağı ve sıvıyağ

1 tatlı kaşığı tuz

Dış için:

750 gr. Dana kıyma (orta yağlı)

250 gr. İnce bulgur (çiğ olarak, haşlanmadan)

1 adet yumurta

1 çay kaşığı karabiber

1 tatlı kaşığı tuz

İlk olarak yemeğin iç malzemesi hazırlanır. Bunun için bir tencereye tereyağı ve sıvı yağ eklenerek kıyma kavrulur.

Daha sonra ufak ufak doğranmış olan soğanlar eklenir ve hafif çiğ kalacak şekilde kavrulur.

Kavurma işlemleri sonrasında karabiber, pul biber ve ufak ufak doğranmış maydanozlar eklenerek malzemeler birkaç kez karıştırılır. Böylece iç malzeme hazırlanmış olur.

Dış malzemeyi hazırlamak için ilk olarak, düz geniş bir borcam kap içerisinde kıyma yoğrulur.

Kıyma bir süre yoğrulduktan sonra, bulgurlar yavaş yavaş eklenerek ve tuzu ve karabiberi katılarak yoğurma işlemine devam edilir.

Yoğurma işleminde bulgur eklenirken hafif sıcak su da katılır. (Su çok fazla katılırsa bulgurları şişirir bu nedenle su oranını iyi ayarlamak gerekir)

Yoğurma işlemine sakız kıvamını elde edinceye (yaklaşık 1 saat) kadar devam edilir.

İstenilen kıvama ulaşmaya yakın yumurta eklenir ve kısa bir süre daha yoğrulur (Yumurta eklenmesi, dış malzemenin dağılmaması için yapışkan görevi görmesi içindir).

Dış malzeme hazırlandıktan sonra doldurma işlemine geçilir. İç malzeme doldurulduktan sonra kapatılır.

Bir yumurta ebadında şekil verilen köfteler bir tatlı kaşığı tuz eklenmiş olan kaynar suda 10-12 dk. pişirilir.

Pişen köftelerin suyu süzildükten sonra 1 adet yumurta ve 1 kâse undan yapılan karışıma bulanır ve tava içinde yağda hafif ateşte kızartılır (yüksek ateşte kızartma yumurtanın yanmasına neden olabilir).



© lezzetler.com tarif no:151215 • adı:İçli Köfte (Hınıs Erzurum) • gönderen:çukurovalı • indirme tarihi:25.04.2024 - 14:28