



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE

2 su bardağı ince bulgur
1 su bardağı un
1 çorba kaşığı biber salçası
1 küçük soğan
1 yumurta
3 çorba kaşığı irmik
1 adet haşlanmış patates
1 bardak ilik su
Tuz, kimyon, pul biber
İçi için:
2 soğan
400 gram kıyma
2 çorba kaşığı tereyağı
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay bardağı ceviz
Tuz karabiber
Kızartmak için sıvı yağ

Önce iç harcını hazırlamak için kıyma ve soğanı 15 dakika kavurup ocaktan alın. Baharatlarını cevizi koyup dolapta dondurun. Daha sonra da dış kısmı için malzemeleri bir kabin içinde ara sıra su ekleyerek güzelce yoğurun, macun kıvamına getirin. Ortasını parmaklarınızla açıp donmuş olan kıymalı iç harcından koyun ve kapatın. İster haşlayın isterseniz de yağda kızartıp sıcak sıcak ikram edin.

