



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇLİ KÖFTE

Zeynep Demirtaş

1 kg kıyma
1 kg köftelik bulgur
4 su bardağı irmik
4 adet soğan
1.5 yemek kaşığı salça
½ paket margarin
Tuz
Karabiber
Kimyon
Pul biber
1 su bardağı ceviz

Soğanları ince ince doğrayıp bir tavada kıyma ve yağ ile birlikte iyice kavuruyoruz. Kavrulduktan 1 yemek kaşığı, salçayı, tuzu, pul biberi ve karabiberi ekleyip pişiriyoruz. Sonrasında cevizleri ekliyoruz. Boyutları ne çok küçük ne çok büyük olmalı. Hazırladığımız harç soğuduktan sonra bir kaba koyarak buzluğa atıyoruz. Bir kaba irmiği ve bulguru ekleyip karıştırıyoruz. Sonrasında kalan salçayı tuzu ve ılık suyu ekleyerek yoğuruyoruz. Ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp içini makine yardımıyla yoksa elimiz ile iyice oyuyoruz. İçine hazırladığımız harçtan koyarak ağzını kapatıyoruz. Köftelerimiz hazır. Köfteleri kızartarak ya da haşlayarak servis yapabilirsiniz. Haşlamak için, derin tencereye sıcak su, tuz ve limon suyu koyuyoruz. Su iyice kaynayınca köftelerimizi haşlıyoruz. Haşlanmış köfteleri kızgın yağda 4-5 dakika kadar kızartıyoruz.

