



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE

<https://acunn.com>

Dışı İçin:

1,5 su bardağı ince köftelik bulgur

1 çay bardağı irmik

1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber

1 tatlı kaşığı biber salçası

1 su bardağından biraz eksik un

1 çay kaşığı tuz

1 su bardağı soğuk su

İçi için:

2 yemek kaşığı sıvı yağ

300 gram kıyma

3 orta boy soğan

Yarım tatlı kaşığı salça

Yarım demek maydanoz

1 küçük çay bardağı küçük parçalı ceviz (dilerseniz)

Tuz

Pul biber

Karabiber (baharatlar ve tuz isteğe göre)

Kızartmak için:

Sıvı yağ

Soğanlar ince ince doğranır, tavaya sıvı yağ alınıp soğanlar eklenir ve pembeleşinceye kadar kavrulur; kavruktan sonra soğanlara kıyma eklenir suyunu çekinceye kadar kısık ateşte kavrulur. Hemen ardından harcın içine salça eklenerek 3 dakika daha kavrulur. Son olarak biraz su eklenir tekrar ki kıvamı kuru olmasın; baharatlar, tuz, ceviz ve ince kıyılmış maydanoz da ilave edildikten sonra ocağın altı kapatılır ve harç soğumaya bırakılır.

İnce bulgur 1 bardak soğuk su ile kısır yapar gibi ıslatılır, suyu çekilince irmik salça baharatlar tuz eklenip 15 dk boyunca azar azar suyu eklenip iyice yoğrulur, daha sonra un eklenir 5 dakika daha yoğrulur.

Cevizden biraz daha büyük parçalar alınıp baş parmak ile ara ara su alınarak içi ince bir şekilde açılır. İç koyulur ve yukarı doğru limon şeklinde uzatılır, hepsine aynı işlem uygulanır. Hazırlanan içli köfteler kızgın 1 bardak sıvı yağda kızartılır.

Not: Haşlamak istiyorsanız bir tencerede kaynayan sıcak suya 2-3 parça küçük limon tuzu ve 1 tatlı kaşığı tuz ekleyin. İçli köfteleri içine bırakın. Haşlanan içli köfte üste çıkacaktır, sonrasında dilediğiniz gibi servis yapabilirsiniz.



© lezzetler.com tarif no:153197 • adi:İçli Köfte • gönderen:sevda abla • indirme tarihi:13.03.2025 - 10:05