



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE

<https://www.milliyet.com.tr>

Yarım kilo kıyma
5 bardak ince bulgur
1 adet soğan
2 kaşık pul biber
Tuz
Karabiber
İçi için:
1 kilo kıyma
1 bardak ceviz
4 adet soğan
Antep fıstığı
Pul biber
Tuz

İç harcı hazırlayarak başlayın. Kıymayı tavaya alın. İnce ince kıydığınız soğanları ekleyip kavurun. İnce kıydığını ceviz ve Antep fıstıklarıyla birlikte pul biber ve tuzunu da ekleyip kavurmaya devam edin. Altını kapatıp kenara alın. Bir kaba diğer malzemeleri alıp yoğurmaya başlayın. Su ekleyerek yumuşayana kadar yoğurun. İstedığınız kıvama gelince yumurta büyüklüğünde parçalar koparıp elinizde yuvarladıktan sonra içini oyun. İç harçtan koyup kapatın. Hazırlanan köfteleri kızgın yağda kızartıp sıcak sıcak servis edin.

