



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇLİ KÖFTE

<https://torku.com.tr>

İç hamuru için:

750 gr kıyma

4-5 orta boy soğan

1 yemek kaşığı acı-tatlı biber salçası

Karabiber

Kimyon

Tuz

Yarım demek maydanoz

1 su bardağı ceviz kırığı

2-3 yemek kaşığı sıvıyağ

Dış hamuru için:

4 su bardağı ince bulgur

1 su bardağı irmik

2 yumurta

1 su bardağı +1 yemek kaşığı un

1 yemek kaşığı acı biber salçası

1 yemek kaşığı tatlı biber salçası

1 yemek kaşığı kimyon

1,5 tatlı kaşığı tuz

Kıymayı yanmaz tencereye alalım. Suyu salıp çekince üzerine ince ince doğranmış soğanları ve sıvıyağını ilave edip kavurma işlemine devam edelim. Soğanlar kavrulup iyice suyunu çekince salçasını ve baharatlarını ilave edelim ve bu şekilde de 5-10 dakika kısık ateşte pişirme işlemine devam edip ocağı kapatalım. Soğuyan kıyma ve soğan karışımının üzerine ince doğranmış maydanozu ve cevizi de ilave edelim. Bu şekilde iç harcımız hazır hale geldi.

Bulgurumuzu genişçe yoğurma kabına alalım. Üzerine irmiği, salçasını ve baharatını ilave edelim ve 3 su bardağı kaynar su ilave edip 15-20 dakika bulgurun şişmesi için bir kenarda bekletelim.

Bekleyen ve şişen bulguru yoğurmaya başlayalım. 5-10 dakika bu şekilde yoğurduktan sonra üzerine yumurta ve unu ilave edelim. Ve yoğurma işlemine devam edelim. İyice hamur kıvamına gelinceye dek elimizi ara ara ıslatarak yoğurmaya devam edelim. Burada en önemli husus bulgurun özlü olması. Eğer bulgurunuz ne kadar özlü ise o kadar güzel birbirini tutar ve pürüzsüz köfteler olur.

Harcınız hazır ise birer mandalina büyüklüğünde bezler kopartıp şekillendiriniz.

Not: Verdiğim ölçü 35 adet çıkıyor. İçli köftenizi kızartırken yağınızın kızgın olmasına ve köftelerin üzerine çıkacak kadar yağ olmasına dikkat ediniz.



© lezzetler.com tarif no:174066 • adı:İçli Köfte • gönderen:gül • indirme tarihi:13.03.2025 - 23:25