



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İÇLİ KÖFTE

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

1 su bardağı köftelik ince bulgur  
1/4 su bardağı su  
2 yemek kaşığı irmik  
1 yemek kaşığı un  
100 gram kıyma(iki kez çekilmiş)  
1 adet rendelenmiş kuru soğan  
1 adet yumurta  
1/4 çay kaşığı tuz  
İç harcı için:  
200 gram orta yağlı kıyma  
1 adet kuru soğan  
1 yemek kaşığı tereyağı  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 tatlı kaşığı domates salçası  
50 gram ince çekilmiş ceviz içi  
1 çay kaşığı tuz  
1 çay kaşığı pul biber  
1/2 çay kaşığı kimyon  
1/2 çay kaşığı karabiber  
Kızartmak için:  
2 su bardağı Ayçiçek yağı

İçli köftenin iç harcını hazırlamak için; kuru soğanı küçük küpler halinde doğrayın. Tereyağını tavada eritin. Doğradığınız kuru soğan ve orta yağlı kıymayı kavurun. Sırasıyla; biber salçasını, domates salçasını, ceviz içini, tuzu, pul biberi, kimyonu ve karabiberi ekleyerek kavurma işlemini sürdürün. İç harcı ılınması için bir kenarda bekletin.

İçli köftenin dışını hazırlamak için; köftelik ince bulguru derin bir kabın içine alın. İki kez çekilmiş kıymayı, irmiği, unu, rendelenmiş kuru soğanı, yumurtayı ve tuzu ekleyin. Suyu azar azar ilave ederek tüm malzemeyi iyice özleşene kadar yoğurun.

Hazırladığınız harçtan yumurta büyüklüğünde parçalar kopartın ve parmaklarınızla kenarlarını düzelterek ortasını çukurlaştırın.

Önceden hazırlayıp, kıvam alıp bütünleşmesi için soğuttuğunuz iç harçtan alarak köftelerin içini doldurun.

Arzuya göre; yuvarlayarak ya da kenar kısımlarını kapattıktan sonra parmaklarınızla bastırıp, uç kısımları sivri olacak şekilde köfteler hazırlayın.

Her birine aynı işlemi uyguladığınız köfteleri bir servis tabağına dizin. Ayçiçek yağın geniş tabanlı bir tavada kızdırın.

Hazırladığınız içli köfteleri kızgın derin yağda bir maşa yardımıyla çevirerek altın sarısı renk alana kadar kızartın. Sıcak olarak bekletmeden servis edin.

Not: İçli köftelerin kolay şekil alması için; orta kısımlarını, elinizi suya ya da yağa batırarak açın. İçli köfteleri, kızartmak yerine haşladıktan sonra da servis edebilirsiniz.