



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE

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

Hamur İçin:

- 2 su bardağı ince köftelik bulgur
- 1 su bardağı ince dövülmüş dana ya da kuzu eti
- 1 adet soğan (rendelenmiş)
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 2 su bardağı sıcak su

İç Harcı İçin:

- 2 yemek kaşığı tereyağı veya margarin
 - 1 çay bardağı dövülmüş ceviz içi
- Tuz, karabiber

İlk olarak hamur için bulguru geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş soğanı, tuzu ve biber salçasını ekleyin. Ayrı bir tavada zeytinyağını ısıtın ve dana ya da kuzu etini ekleyerek iyice kavurun.

Kavrulmuş eti bulgur karışımına ekleyin. Sıcak suyu da ekleyerek karışımı iyice yoğurun. Hamurun kıvamı, ele yapışmayacak ancak şekil alabilecek bir kıvamda olmalıdır.

Hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp avuç içinde yuvarlayın ve iç harcı yerleştirmek için parmağınızla bastırarak hamuru inceltin.

İç harcı için tereyağını eritin ve içerisine dövülmüş ceviz içini ekleyerek karıştırın. Karabiber ve tuz ile harcı tatlandırın.

İncelen hamurun ortasına ceviz içli harçtan bir miktar koyun ve kenarları kapatıp yuvarlayarak köfte şekli verin. İçli köfteleri servis tabağına alın ve üzerine taze limon dilimleri ile servis edebilirsiniz.

