İÇLİ KÖFTE

250 gr yağsız koyun but kıyması
1,5 su bardağı köfte bulguru
3 kahve kaşığı kırmızı biber
40 gr çam fıstığı (2 çorba kaşığı)
20 gr kuş üzümü (1 çorba kaşığı)
1/2 havuç
İç için:
250 gr iç için kıyma
125 gr yağ
2 kahve kaşığı kimyon
1/2 demet maydanoz
2 baş soğan
tuz
karabiber

KÖFTE İÇİ: 25 gr yağ bir tavada eritilir. Fıstıklar pambeleşinceye kadar kızartılır sonra iç kıyması, doğranmış soğan ve kuş üzümü ilâve edilir. Tuz atıp kavrulur. Ateşten alındıktan sonra kıyılmış ceviz içi, karabiber ve kıyılmış maydanoz atılıp karıştırılır.
Diğer taraftan bulgur yıkanmadan büyük bir tepsiye konur. Kırmızı biber, kimyon, tuz ve bir bardak su serpilerek avuçlarla 40 dakika yuğrulur. Yuğrulurken bulgurun birleşmesi için sürterek yuğurmak ve yumuşayıncaya kadar ara sıra slı serpmek lâzımdır. Sonra but kısmı ilâve edilip 15 -20 dakika daha yuğrulur. Köfteyi yuvarlarken dağıtmayacak kadar yumuşatmalıdır.
Köfte hamuru yumurta büyüklüğünde bölünür. Islak avuçlar arasında yumurta şeklinde yuvarlanır. Ucundan işaret parmağını batırıp öbür ucuna kadar burgulayarak genişletilir ve mümkün olduğu kadar ince bir zar haline gelmesine dikkat edilir. Sonra iç doldurulur ve ağızları kapatılır.
Bir tencereye 8 bardak su konur ve tuz atılır. Tenceredeki su kaynayınca köfteler içine bırakılır ve kapak örtülür, karar ateşte 20 dakika haşlanır. Haşlanan köfteler bir kevgirle başka kaba alınır. Yumurtayla veya sade olarak kızartılır. İstenirse söğüş olarak da yenebilir.

© lezzetler.com tarif no:47692 • adı:İÇLİ KÖFTE • gönderen:mensup • indirme tarihi:25.04.2024 - 16:22