



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE

1.5 su bardağı ince bulgur
2 soğan
1 yumurta
İçi için:
500 gr kıyma
2 soğan
Yarım demet maydonoz
1 çorba kaşığı salça
Yeterince pul biber. karabiber
Tuz

Bulgurun içerisine soğan rendeliyoruz. Yumurtayı kırıp tuzunu da attıktan sonra 1 su bardağı sıcak su ile ıslatıp 15 dakika dinlendiriyoruz. Diğer taraftan kıyma ile küp küp doğradığımız soğanı 1 çorba kaşığı sıvı yağ ile kavuruyoruz. İyice kavulduktan sonra baharatları ve maydanozu ekleyip ocaktan alıyoruz. Dinlenen bulguru iyice yoğuruyoruz, ceviz büyüklüğünde kopardığımız bezelerin içerisini açıp kıymalı harçla doldurup kapatıyoruz. Sonra da dışına yumurta sürüp kızgın yağda kızartıyoruz