



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ KÖFTE

1 Paket Sana Klasik
250 gr kıyma
1 Adet yumurta
1 Çorba Kaşığı un
3 Bardak su
500 gr köftelik bulgur
1 Çay Kaşığı karabiber
4 Adet kuru soğan
1 Çay Kaşığı tuz

Soğanı doğrayıp tavada sana ile kavuralım üstüne kıymayı ekleyip kavurmaya devam edelim. karabiber ve tuzu ekleyip ocaktan alalım diğer kapda unlu bulgurumuzu ıslatıp yoğuralım birazda tuz atalım 10 dinlendikten sonra yumak alıp içini açalım iç harcını koyup ağzını kapatalım malzememiz bitene kadar bu işlemi yapalım sonra ocakta kaynayan suya 1 kaşık tuz atalım köfteleri içine koyup haşlıyalım servis tabağına alıp kızartalım servis yapalım.