



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNEGÖL KÖFTE

Yarım kilo az yağlı kıyma
1 kuru soğan
1 çay kaşığı karbonat
1 tutam tuz

Kıymayı derin bir kaba alıyoruz soğanı rendenin ince kısmında rendeliyoruz ve kıymaya ilave ediyoruz tuz ve karbonati da ilave ettikten sonra iyice yoğurup buzdolabında yarım saat bekletiyoruz. Daha sonra tavayı ocaga alıp kızdırıyoruz ve köfte lerimizi kızartıyoruz. Eğer kıymamız yağsız ise kızartırken sivi yağ ile kızartıyoruz.

