



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İÇLİ KÖFTE İROK (MARDİN)

<https://mardintarifi.com>

Dış harcı için:  
3 su bardağı köftelik bulgur  
Yarım su bardağı un  
1 su bardağı irmik  
1 adet yumurta  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 tatlı kaşığı pul biber  
Tuz  
Islatmak için sıcak su  
İç harcı için:  
5-6 adet soğan  
Yarım kg kıyma  
2 yemek kaşığı salça  
1 çay bardağı sıvı yağ  
3 yemek kaşığı kişniş  
1 tatlı kaşığı nane  
Karabiber  
Pul biber  
5 türlü  
7 türlü  
Kimyon  
Tuz

Derin bir kaba bulgurunuzu alın. Ketıla yeteri kadar su ekleyip kaynatın. Kaynar suyla bulguru iyice ıslatın. 10 dk bekletin. İrmigi, tuzunu, biberini, salçasını ekleyip iyice yoğurun. Birbirini tutmazsa eğer azar azar un ekleyip yoğurun. Hazırsa eğer 15 dk. Bekletin.

İç harcını hazırlamak için; soğanları ister elle ister rondodan geçirin. Eğer rondodan geçirecekseniz çok fazla küçültmeyin biraz diri kalsınlar eğer çok inceltirseniz acımsı bir tat oluşur. Geniş bir tavaya sıvı yağınızı koyun. Soğanları ekleyin.

Soğanlar suyunu çekene kadar pişirin. Ardından kıymayı ekleyip karıştırın. Kıyma pişince salça ve tüm baharatları ekleyip karıştırın. Ocaktan almadan 2 dk önce de tuzunuzu ekleyin. Geniş bir kaba alıp soğumasını bekleyin. Ardından fotoğrafta vereceğim şekli verip kızgın yağda kızartın.



© lezzetler.com tarif no:120904 • adı:İçli Köfte İrok (Mardin) • gönderen:hacer yener • indirme tarihi:11.04.2025 - 20:07