



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

## İROK (MARDİN)

Mardin'de iki çeşit içli köfte vardır. Biri kızarmış (İrok) diğeri ise haşlanmış içli köftedir. (İgbebet) Kızarmış içli köfte sadece Mardin'e özgüdür.

Dış hamurunun hazırlanması için:

2 kg kısırlık bulgur  
250 gr. çiğ köftelik et  
4 adet haşlanmış patates  
2 yumurta  
2 kaşık un  
1 çorba kaşığı tuz.  
İç'in hazırlanması için:  
1 kg köftelik kıyma  
500 gr soğan  
1 demet maydanoz  
karabiber  
tuz.

İçinin hazırlanması:

Soğanlar ince ince kıyılıp, ateşte haşlanır. Suyunu çektikten sonra yağla kavrulur. Soğanın üzerine kıyma eklenip 1-2 dk. kadar kavrulur. Maydanoz tuz, karabiber ve pul biber eklenir. 20 dk. kavrulduktan sonra soğumaya bırakılır.

Dışının hazırlanması:

Kısırlık bulgur, haşlanmış patates, çiğköftelik et karıştırılarak hamur haline getirilir. Ceviz büyüklüğünde hamur koparılır. Başparmak yardımıyla havuz şeklinde açılır. Hazırlanan kıyma havuzun içine doldurulup ağzı kapanır. Kurabiye şeklinde yuvarlatılır. Kızgın yağda pembeleşinceye kadar kızartılır. Sıcak olarak servis yapılır.

[ML® Sembusek için tıklayın](#)