



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İSLAM KÖFTESİ (ŞANLIURFA)

500 gram kıyma
2 adet soğan
500 gram ince bulgur
250 gram yarma
2 yemek kaşığı salça
1 çay kaşığı kimyon
1 yemek kaşığı tuz
Yarım demet maydanoz
1 çay kaşığı karabiber
10 su bardağı su

Soğanlar ve maydanozlar oldukça ince kıyılır

Yarım kg kıyma, maydanoz, soğan, kimyon, karabiber, tuz geniş bir kaba alınır ve el sürekli ıslatılarak yoğrulur

Bir kaşık kadar salça eklenir

Yoğrılmaya devam edilir

Kıyma dinlendirilirken, suyla ıslatılmış bulgur ve yarma iyice yoğrulur ve içli köfte açılır.

Köftelerin daha kolay şekil alabilmesi için el ıslatılarak açılır.

İçine hazırlanmış kıyma harcı konur.

Yuvarlanmış ve harcı konmuş köfteler kapatılır.salça kavrulur.üzerine kaynamış su ilave edilir.

tuzu atılır, köfteler tencereye yavaşça bırakılır.

Tencerenin kapağı kapatılır.

Yaklaşık on dakika pişirilir.

