



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI DOLMA KOFTE (MALATYA)

Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Hamurun hazırlanışı etli dolma köftedeki gibidir. Fakat bunun hamuruna kıyma konulmaz. Ispanaklar temizlenip saplarından ayrılır ve ince ince doğranır. Yağ içinde ince kıyılmış soğanlar pembeleşince içine kıyma, salça, tuz, baharat ve sonra da yıkanmış ıspanaklar katılıp bir güzel kavrulur. Hazırlanmış bu karışım, içi açılmış köftelere konur. Sonraki işlemler etli dolma köftedeki gibidir.

