



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI EKŞİLİ KÖFTE (MALATYA)

THY Skylife

2 su bardağı yarma

½ kg. ıspanak

1 su bardağı kahverengi mercimek

3-4 orta boy soğan

3 yemek kaşığı tereyağı

1 yemek kaşığı domates salçası

1-2 yemek kaşığı ke  (tereyağı-un karışımı bir sos)

Erik ekşisi

Soğanlar küp küp doğranır, yağda kavrulur. Salça ilave edilip biraz daha kavrulur ve 7-8 bardak su ve mercimek de eklenerek pişmeye bırakılır. Yarma, tuz ve su ile yoğrularak hamur kıvamına getirilir. Nohut büyüklüğünde yuvalanır. Pişen mercimeğe biraz tuzla köfteler de eklenir. Pişince erik ekşisi ilave edilir. Köfteler 10 dakika kadar pişirilince yıkanıp doğranmış ıspanak katılır. En sonunda kıvam için ke  de katılarak sıcak servis edilir.

