



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI EKŞİLİ KÖFTE (MALATYA)

Malatya Valiliği

2 su bardağı yarma
½ kg ıspanak
1 su bardağı kahverengi mercimek
3-4 baş kuru soğan
3 yemek kaşığı tereyağı
1 yemek kaşığı domates salçası
2 yemek kaşığı erik ekşisi
1-2 yemek kaşığı keş

Soğanları yemeklik olacak şekilde doğrayın.

Geniş bir tencerede yağla birlikte kavurun. Üzerine sulandırılmış salça ilave edin. Yağla biraz çevirdikten sonra üzerine 7-8 su bardağı su koyun.

Ayıklanmış mercimek de ilave ederek kapağı kapatıp haşlanmaya bırakın.

Diğer taraftan yarmayı; tuz ve su ilavesi ile yoğurarak bir hamur yapın.

Nohut büyüklüğünde yuvarlayın. Pişen mercimeğe tuzla birlikte ilave edin. Erik ekşisi koyup, köfteler pişince ayıklanmış, yıkanmış, doğranmış ıspanakları ilave edin.

Keş karıştırarak köftelerin tam pişmesi ile ateşten alıp sıcak olarak servis yapın.

Not: Bazı ilçelerde bu yemek salça kullanılmadan pişirilir. Çorbalarda olduğu gibi ateşten alınmadan önce ½ kg yoğurt, bir kaşık unla karıştırılarak köfteye katılır. Soğan, yağla ayrı bir kapta kavrulup pişen yemeğin üzerine de gezdirilir. Genelde yeşil veya kuru soğanla birlikte yenilir.

