



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI PATATES KÖFTESİ

<https://www.dogrusucarrefoursa.com>

2 orta boy patates
1 su bardağı ince bulgur
1 yumurta
Yarım soğan
1 diş sarımsak
1 yemek kaşığı un
1 su bardağı su
Tuz
Pul biber
İçi için;
250 gr ıspanak
1 adet soğan
1 yemek kaşığı beyaz peynir
2 yemek kaşığı galeta unu
Tuz
Karabiber
Sıvı yağ

Bulgurun üzerine sıcak su ilave edin ve bir kenara ayırın. Soğan ve sarımsağı ince ince doğrayın. Ispanağın sadece yapraklarını doğrayın. Derin bir tencereye sıvı yağ ekleyin. Soğan, sarımsak ve ıspanakları birlikte kavurun. Tuz ve karabiberi de ilave edin, ıspanaklar yumuşadığında harcı bir kaseye aktarın. Ispanağın üzerine ufalanmış beyaz peyniri ilave edip karıştırın. İç harcı bir kenara ayırın ve ayrı bir tencerede patatesleri haşlayın. Derin bir kasede bulgur, yumurta, haşlanmış patates, doğranmış soğan ve sarımsak, tuz ile köfte harcını hazırlayın. Kıvam alması için un ekleyebilirsiniz. Köfte harcından ceviz büyüklüğünde parçalar koparın ve elinizle açarak ıspanaklı iç harcı doldurun ve kapatın. Köfteleri galeta ununa bulayın ve bol kızgın yağda kızartın. Sıcak olarak servis yapın.

