



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI TOP KÖFTE

Yarım kg kıyma
3 dilim bayat ekmek
1 ufak soğan
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
içi için:
1 küçük demet ıspanak
1 adet ufak soğan
Yarım tatlı kaşığı tuz

Köfte malzemesi biraraya getirilerek 5 dakika kadar yoğrulur. Ispanak yıkanır, çok ince kıyılır. Üzerine ince kıyılmış soğan ve tuz eklenerek solana dek ovulur. Köfte harcından yarım limon kadar parçalar alınır. Avuç arasında bastırarak çay tabağı kadar açılır. Ortasına yeteri kadar iç konur. Kenarlardan toplayarak top şekli verilir, üzerine hafifçe bastırılır. Yağlamış tepsiye dizilir. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında yaklaşık yarım saat pişirilir.