



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA KÖFTE

750 gr koyun kıyması
1 baş büyük soğan
2 yumurta
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz

Soğan ince ince doğranır, üzerine 1 tatlı kaşığı tuz serpilerek karıştırılır. 10 dakika kadar beklettikten sonra, ovularak suyu çıkarılır. İki defa çekilmiş orta yağlı kıymaya iki yumurta ve çıkarılan soğan suyu katılır. İyice yoğrulmuş kıymadan ceviz büyüklüğünde parçalar koparılır. Avuç içinde yuvarlanır ve üstlerine hafifçe bastırarak yarım parmak kalınlığında yassılaştırılır. Köftelerin her iki yanı da hafifçe zeytinyağına bulanarak tel ızgaraya yerleştirilir. Ateşin kuvvetli, ama alevli olmaması gerekir. Tel ızgara da ateşten 3-4 parmak yukarda bulunmalı ve önceden zeytinyağıyla yağlanmalıdır. Izgaraya yerleştirilen köftelerin bir yanı kızardıktan sonra, çevrilerek diğer yanı pişirilir. 4-6 dakika kadar pişirdikten sonra servis tabağına alınarak sıcak sıcak servis yapılır.

[ML® Toros Köftesi için tıklayın](#)



