



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İZMİR KÖFTELİ TAZE FASULYE

www.sefabdullahusta.com

1 kg dana kıyması
2 diş sarımsak
1 adet kuru soğan
1 adet yumurta
1 yemek kaşığı galeta unu
Köfte harcı için:
1 tutam maydanoz
Tuz
Karabiber
Pul biber
Kimyon
Köfte baharatı
Taze fasulye için:
1 kg taze fasulye
2 diş sarımsak
1 adet kuru soğan
2 adet domates
1 tatlı kaşığı salça
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
Pul biber

Soğan ve sarımsakları rendeleyelim. Kıymamızı katıp içine yumurta, galeta unu, baharat, maydanoz, köfte harcı koyup yoğuralım.

Parmak şeklinde hazırlayıp 25 dakika 170 derecede fırınlatalım.

Köftemiz pişerken tenceremize yağımızı ilave edip kıldığımız fasulyeleri kavuralım.

Soğan ve sarımsakları ekleyip kavuralım.

Salça ve baharatları ekledikten sonra suyumuzu ekleyelim.

Pişince domatesleri ilave edip 10 dakika daha pişirelim.

Pişince tepsiye dizip üzerine köfteleri koyalım. 15 dakika 170 derecede fırınlatalım.



© lezzetler.com tarif no:166611 • adı:İzmir Köfteli Taze Fasulye • gönderen:Selver Somuncu • indirme tarihi:25.04.2025 - 18:32