



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KADINBUDU KÖFTE

500-600 gram az yağlı köftelik kıyma

1 yumurta

1 adet kuru soğan

Yarım çay bardağı pirinç

1 çay kaşığı kimyon

Yarım çay kaşığı karabiber

Tuz

Yarım çay bardağı galeta unu

Yarım çay bardağı buğday unu

1 yumurta

Kızartmak için:

3 su bardağı sıvı yağ (Ayçiçek)

Tava veya tencereye 2-3 kaşık su ve kıymayı alın, kavurun. Kıymayı ateşten almaya yakın rendelenmiş soğanları ekleyin. 1 dakika kadar kavurduktan sonra kıymayı soğumaya bırakın.

Diğer yandan pirincinizi çok az haşlayın. Yoğurma kabına soğumuş kıyma, çiğ kıyma, haşlanıp süzülmüş pirinci alın. Yumurtayı ve baharatları ekleyin. Köfte harcınızı yoğurun.

En az 2 saat kendini çekmesi ve dinlenmesi için buzdolabında bekletin.

Kızartma aşamasında, yağı derin kızartma tenceresine alın. Köftelerinize iri oval şeklini verin.

Köftelerinizi, önce un ve galeta unu ile harmanlanmış derin kâsede karışıma bulayın, ardından çırpılmış yumurtaya batırın. Kızgın yağda kızartın.

