



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KADINBUDU KÖFTE

<https://www.hurriyet.com.tr>

500 gram yarım yağlı dana kıyma
Yarım su bardağı pirinç
1 adet yumurta
2 yemek kaşığı galeta unu veya 2 dilim ıslatılıp suyu sıkılmış bayat ekmek
1 adet kuru soğan
Çeyrek demet maydanoz
2 diş sarımsak
Tuz
Karabiber
Kızartmak için:
2 adet yumurta
Yarım su bardağı un
1 su bardağı sıvı yağ

Pirincinizi 1 çay kaşığı tuz attığınız bol suda haşlayın.

Hafif dişe gelir ama pişmiş kıvamdayken suyunu süzdürüp soğumaya bırakın.

O sırada bir tavada 2 yemek kaşığı zeytinyağı ile kıymanızın 200 gram kadarını kavurun. Kenarda soğumaya bırakın.

Soğanı rendeleyin, dövülmüş sarımsak ve ince kıyılmış maydanozla beraber bir yoğurma kabına alın.

Kalan tüm malzemeleri ekleyerek köftenizi 5 dakika kadar yoğurun.

30-60 dakika arası streçleyip buzdolabında bekletin.

Dinlenmiş köfte harcınızı 10-12 eşit parçaya bölerek şekil verin.

Derince bir tavada yağınızı kızdırın.

Köfteleri sırasıyla önce una, sonra çırpılmış yumurtaya bulayın.

Dilerseniz un ve yumurta bulama harcını da tuz ve baharatlar ekleyerek çeşnilendirebilirsiniz.

7-8 dakika kadar altın rengi alana dek arkalı önlü kızartın.

Fazla yağın bir peçete üzerinde bekleterek alabilirsiniz, sonra servise hazır.

