



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KADINBUDU KÖFTE

2 yemek kaşığı ayçiçeği yağı
400 gram kadar orta yağlı kıyma
1 tane yumurta
1 adet orta boy kuru soğan
2 diş soyulmuş sarımsak
1 çay bardağı kadar haşlanmış pirinç
1 çay kaşığı ile tuz
Yarım çay kaşığı karabiber
Yarım çay kaşığı kimyon
Köfteleri Kızartılması için:
1 su bardağı ayçiçeği yağı
1 çay bardağı dolusu silme un
1 tane de yumurta

Kuru soğanı ve sarımsakları çok minik parçalar halinde doğrayın.

Ayçiçeği yağını orta ateşte bir tavada kızdırın.

Doğradığınız soğan ve sarımsakları ilave ederek rengini alana kadar kavuralım.

Kavurmuş olduğunuz soğanlara kıymanın yarısını ekleyelim ve suyunu çekene kadar kavurma işlemini sürdürmeye devam edelim.

Tuz, karabiber ve kimyonu ekleyin.

Kavurmuş olduğunuz kıymayı ılınması için; yuvarlak bir karıştırma kabına alarak 10 dakika kadar bekletelim.

Soğuttuğunuz harca kalan kıyma, yumurta ve haşlanmış pirinci ilave ettikten sonra iyice yoğurun.

Köfte harcınızdan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartarak ve avuç içinizde bastırın ve yassı köfteler hazırlayın.

Ayçiçeği yağını geniş tabanlı bir tavada orta ateşte kızdırın.

Yumurtayı iyice çırpın, fazla derin olmayan unu düz bir servis tabağına alın.

Köfteleri sırayla; una ve çırpılmış yumurtaya bulama işleminden sonra kızgın yağda çevirerek kızartın.

Tavadan aldığınız da fazla yağın almak için; kağıt havlu serdiğiniz bir servis tabağına köfteleri alarak biraz daha ılındıktan sonra beklettikten sonra sevdiklerinize ikram edin.

