



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KADINBUDU KÖFTE

500 gr. orta yağlı kıyma
2 baş soğan
3 kaşık galete tozu
3-4 kaşık sade yağ
5 yumurta
1/4 demet maydanoz
2 çorba kaşığı pirinç
Tuz
Karabiber

Kıymanın 3/2'sine doğranmış soğan ve 1 kaşık yağ koyarak soğanla et kendi bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurunuz.

Pirinci ayıklayıp bol suyla yumuşayınca kadar haşlayınız.

Kıymayı ateşten alıp içerisine kalan çiğ kıymayı, haşlanmış suyu süzülmüş pirinci, kıyılmış maydanozu, tuzu, karabiberi, 3 yumurtayı kırıp iyice yoğurunuz.

1/2 limon büyüklüğünde parçalara ayırıp oval şekil veriniz.

Galete veya un serpilmiş tepsiye diziniz.

Üstlerine de galete tozu veya un serpiniz.

Yemeğe 20 dakika kala çırpılmış yumurtaya batırıp kızartınız.

Kağıt yayılmış tepsiye alınız.

Servis tabağına dizip patates kızartmasıyla süsleyiniz. 10- Köftelerin saçaklı olmasına dikkat ediniz. (Bunun için de köfteleri kızgın yağa atıp kızartınız.