



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KADIN BUDU KÖFTE

Malzeme:

750 gr dana kıyma

2 soğan

3 çorba kaşığı pirinç

3 yumurta (1 tanesi köfte hamuruna, 2 tanesi köfteyi kızartırken kullanılır.)

yarım demet maydanoz

tuz

karabiber

3-4 çorba kaşığı galeta tozu

1 bardak ayçiçek veya zeytinyağı (kızartmak için)

Yapılışı:

Pirinç ayıklanıp yıkanır. Bir bardak sıcak suya atılıp haşlanır ve suyu çektilir. Rendelenmiş soğan ile kıymanın yarısı yağsız kavrulur. Çiğ kıymaya katılır. Buna, haşlanmış pirinç, kıyılmış maydanoz, tuz, karabiber, 1 yumurta kırılıp yoğrulur. Yumurta büyüklüğünde parçalara ayrılıp, oval ve yassı köfteler yapılır. Önce galeta tozuna, sonra çatalla çirpilmiş yumurtaya batırılıp kızgın yağda kızartılır.
