



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KADIN BUDU KÖFTE

Malzemesi:

600 gr kıyma

350 gr soğan (4 büyük)

1/2 bardak pirinç

75 gr rendelenmiş kaşar

1 demet maydanoz

1 demet dereotu

1/2 çorba kaşığı kekik

1 tatlı kaşığı tuz

1 kahve kaşığı karabiber

Kızartmak için:

1 bardak rafine çiçek yağı

2 kahve fincanı un

3 yumurta

Yağsız ve et makinesinde iki defa çekilmiş koyun kıymasına doğranmış soğan katılarak bir kere daha makinden çekilir. Buna ölçülere göre haşlanmış pirinç, rendelenmiş kaşar, kıyılmış maydanoz ve tereotu, kekik, karabiber ve tuz ilâve edilerek 5 dakika iyice yuğrulur.

Bu kıymadan küçük yumurta çapında parçalar kopararak ıslak iki avuç içinde yuvarlanır ve bastırılarak yassı bir biçim verilir. Daha sonra bir tabağa un konulur ve bütün köfteler unda yuvarlanmak suretiyle unlanır. Bu iş bitince bir kap içine yumurtalar kırılır ve çalkalanır.

Köfteler bu çalkalanmış yumurtaya bulanır. Bir tavaya rafine çiçek yağı konulup kızdırılır ve köfteler iki taraflı, nar gibi kızartılır, delikli kepçe ile tavadan alınarak tabağa dizilir ve servis yapılır.