



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KADIN BUDU KÖFTE

1 kg koyun kol kürek kıyması (yağsız)
2 çorba kaşığı toz galeta
7 dal maydanoz
2 bardak zeytinyağı
2 baş soğan
1,5 avuç pirinç
5-6 yumurta
1 ceviz kadar sadeyağ
karabiber
tuz

Önce pirinçler ayıklanır, yıkanır, el dayanacak kadar sıcak bir suda 5 dakika tutulur. Soğanlar soyulup ince doğranır. Bir ceviz kadar yağ konulan küçük bir kapta soğan kızartılmadan kavrulur. Bir bardak su ilâve edilir. Tuz konur. Kaynadığı zaman pirinç ilâve edilir. Kapağı örtüldükten sonra hafif bir ateşte, pilâv pişirir gibi, suyunu tamamiyle çekinceye kadar pişirilir.

Kıymanın yarısı yağ konulmadan, biraz tuz konularak kavrulduktan sonra sıcak sıcak çiğ kıymayla karıştırılır. Pirinç de yarı sıcak durumda ilâve edilir. Kıyılmış maydanoz, karabiber ve tuz da atılır. İki yumurta kırılıp karıştırılır. Soğumaya bırakılır. Sonra bir tepsiye, toz galetanın yarısı serpilir. Kıyma yarım yumurta büyüklüğünde parçalar halinde ıslak avuçta yuvarlanarak oval bir biçim verilir.

Galeta serpili tepsiye yanyana konur. Galetanın geri kalan kısmı da üzerine serpilir. Sonra yumurtalar yuvarlak içli, küçük bir tencereye kırılarak hafif ateşte telle çırpılır, bir parça köpürtülür. Köfteler bu yumurtaya bulanarak iki bardak zeytinyağı kızdırılmış tavaya konur. Kızartılır, kızaran köfteler başka bir kaba alınır. Üzeri örtülür. Çok hafif bir ateşte bir kaç dakika buğulandırılır, sıcak veya soğuk servis yapılır.