



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## KADINBUDU KÖFTE

Yarım kilo kıyma  
2 orta boy soğan  
1 çay bardağı haşlanmış pirinç  
1 Adet yumurtanın sarısı  
yeterince Karabiber  
Kızartmak için:  
Yarım su bardağı yumurta (çırpılmış)  
Yeterince un  
Kızartmalık yağ

Kıymanın 1/3'ü , ince doğranmış soğanla beraber çok az zeytinyağında kavrulur. Soğuduktan sonra çiğ kıyma, yumurta, karabiber, tuz ve haşlanmış pirinç ile karıştırılır, yoğrulur ve köfte büyüklüğünde parçalar koparılarak önce una daha sonra köfteler çırpılmış yumurtaya bulanarak kızgın yağda kızartılır.