



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAĞIT İÇİNDE KÖFTE

Yarım kg kıyma
1 çay bardağı ekmek kırıntısı
2 diş sarımsak
1 adet kuru soğan
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
Yarım çay kaşığı tarçın
2 çay kaşığı tuz

Soğan ve sarımsak rendelenir. Diğer köfte malzemeleri ilave edilir. En az 5 dakika bütünleşene kadar yoğrulur. Buzdolabında 1 saat dinlendirilir. Sonra 6 eşit parçaya ayrılır. Her parça uygun büyüklükte pişirme kağıdına sarılır. Fırın kabına konur. 180 derece fırında 45 dakika pişirilir.