



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAĞITTA KÖFTE

350 gr. kıyma
3 dilim ekmek içi
Yarım kuru soğan
Çeyrek demet maydanoz
2 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
200 gr. mantar
1 bardak bezelye
1 adet domates
1 adet yeşil biber
4 yemek kaşığı zeytinyağı

Ortadan ikiye keserek iri küpler halinde doğradığınız domatese, 1 adet biberi küp küp doğrayıp ilave edin. 200 gr. mantarı ortadan ikiye kesin. 350 gr. köftelik kıymayı oval bir kaba koyun. Üzerine 3 dilim kuru ekmek içini, 1 çay kaşığı karabiber, 1 çay kaşığı tuz ve yarım adet soğanı ilave edin. Kabın içindeki tüm malzemeyi elinizle yoğurup küçük toplar halinde parçalara ayırın. Hazırladığınız köfteleri 2 yemek kaşığı zeytinyağında kızartın. Yaklaşık 1,5 dakika kadar sonra biberleri ve mantarları ilave edin. 1 dakika sonra üzerine 1 çay kaşığı tuz serpin ve domatesleri ekleyin. Yaklaşık 1 dakika boyunca karıştırarak kavurun. İçine çeyrek demet maydanozu dal dal olacak şekilde ilave edip yemeği birkaç kez karıştırdıktan sonra 1 bardak bezelyeyi ekleyin. Yaklaşık 2 dakika kadar sonra yemeği tezgaha alın. Yağlı kağıdı kenarından yaklaşık 25 cm uzunluğunda katlayıp kesin. Açtığınızda kalp şeklini alacak biçimde kenarlarından yuvarlayarak kesin. Kestiğiniz parçayı açıp bir kenarına yemeğinizden 2-3 kepçe koyup, kağıdı tekrar katlayın. Arasına yemek koyduğunuz kağıdın bütün kenarlarını içine doğru burarak kıvrın ve ince fırın tepsisine koyun. Tepsie dizdiğiniz kağıtların üzerlerini bir fırça yardımıyla yağlayın ve 175 derecedeki fırına verin. 10 dakika fırından alarak servise hazır hale getirin.