



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KARAKIZ KÖFTE

1 su bardağı ince bulgur
2 yumurta
2 çorba kaşığı un
1 orta boy soğan
2 diş sarımsak
1 yemek kaşığı domates salçası
½ yemek kaşığı biber salçası

Bulguru 2 su bardağı su ile kaynatınız. Üzerine soğanı rendeleyerek ağzını kapatınız. Şişince yumurtayı, tuzu unu katıp yoğurunuz. Misket gibi yuvarlayarak suda 5-10 dakika arası kaynatınız. Servis tabağına koyunuz. Sıvı yağda salçaları kızdırıp üzerine 1 çorba kaşığı su dökünüz. Servis tabağının üzerindeki köftelerin üzerine döküp maydanozla süsleyiniz.

[ML® Ankara Tava için tıklayın](#)

[ML® Ankara Tava \(görsel\)](#)