



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARNABAHAAR KÖFTESİ

Çeyrek karnabahar  
1 adet tavuk budu  
2 çorba kaşığı un  
bir tutam dereotu  
1 adet yumurta  
2 dal taze soğan  
galeta unu  
sıvıyağ  
tuz  
karabiber

Un az yağda kavrulur, üzerine haşlanmış, çok ince kıyılmış karnabahar eklenir, kısık ateşte kıvam alana kadar et suyu katılarak pişirilir, soğutulur, üzerine ince kıyılmış taze soğan, dereotu, didklenmiş tavuk eti, karabiber, tuz katılır, yoğrulur, arzu edilen şekilde köfteler hazırlanır, köfteler önce yumurtaya sonra galeta ununa bulanır, kızgın yağda kızartılır.