



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAVURMALI KÖFTE

1 su bardağı ince bulgur
Yarım su bardağı su
2 çorba kaşığı un
1 çorba kaşığı tereyağı
Kavurmalı Sos İçin:
100 gr kavurma
1 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı salça
3 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı kuru nane
Üzeri için:
1 kase sarımsaklı yoğurt

İnce bulgurun üzerine su, tuz ve eritilmiş tereyağı eklenir, 5 dakika bekletilir. Sonra azar azar un ekleyerek bütünleşene kadar yoğrulur. El ıslatarak misket büyüklüğünde köfteler yapılır. Kaynar suda haşlanır. Sos için ince kıyılmış soğan yağda kavrulur, salça ve kavurma katılır, birkaç tur çevirdikten sonra 1 su bardağı su ve nane katılır. Haşlanmış bulgur köfteleri eklenir, 1 dakika pişirdikten sonra servis tabağına alınır. Sarımsaklı yoğurt gezdirilir.