



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KİMYONLU SAHAN KÖFTESİ

600 gram kıyma
120 gram iç ekmek (3 dilim)
120 gram soğan (2 büyükçe)
50 gram margarin (2,5 çorba kaşığı)
400 gram domates (3 büyük) ya da 3/4 kahve fincanı tuzsuz domates salçası
1 yumurta
Tuz ve karabiber
1 çorba kaşığı kimyon
5 diş dövülmüş sarımsak

1 İki kez et makinesinden geçirilmiş kemiksiz 600 gram kıymaya rendelenmiş 2 küçükçe soğan, 5 diş dövülmüş sarımsak, ıslatılmış ve ufalanmış 3 dilim iç bayat ekmek, 1 adet yumurta, 1 kahve kaşığı karabiber, 1 çorba kaşığı kimyon, 1 tatlı kaşığı da tuz ilâve ederek bunları 10 dakika kadar yoğurmalıdır.

2 Yoğurulma sona erince, bundan ceviz büyüklüğünde parçalar kopararak, ıslatılmış iki avuç içinde yuvarlamak ve bastırmak suretiyle kıymalara yassı ve yuvarlak şekiller verdirmeli, sonra da her şekillendirilmiş köftelyi, içinde eritilmiş iki buçuk silme çorba kaşığı sadeyağı ya da margarin olan tepsiye yerleştirmek suretiyle bütün köfteleri böylece şekillendirmeli ve tepsiye yerleştirmelidir.

3 Tepsiye yerleştirme sona erince; bunlara soyulmuş ve gayet küçük doğranmış 3 büyükçe domates ya da bir bardak su içinde eritilmiş üç çeyrek kahve fincanı tuzsuz domates salçası ile 1 tatlı kaşığı da tuz ilâve ederek, tepsinin kapağını kapatmalı ve orta kuvvetteki ateşte aşağı yukarı 30 dakika pişirmeli ve servis yapmalıdır.