



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR KÖFTE

2 su bardağı ince bulgur
1 adet kuru soğan
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çorba kaşığı domates salçası
1 kahve fincanı sıvıyağ
Yarım demet maydanoz
1 çay kaşığı tuz

Bulgurun üzerine 1 su bardağı kadar ılık su eklenir, 5 dakika bekletilir. Sonra ince kıyılmış, soğan, sarımsak, salça ve sıvıyağ katılır. Eller ıslatılarak bütünleşene kadar yoğrulur. En son kıyılmış maydanoz katılır. Ceviz kadar parçalar alınır, top şeklinde köfteler yapılır.