



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KİTEL (SİİRT)

Milli Eğitim Bakanlığı

Hamur için:

4 su bardağı köftelik bulgur

3 su bardağı sıcak su

1 yemek kaşığı tuz

Alabildiği kadar un

İçi için:

300 gram kıyma

2 orta boy soğan

1 bağ yeşil soğan

1 su bardağı pirinç

Biraz tuz

2 tatlı kaşığı karabiber

İsteğe göre reyhan

1 fincan sıvı yağ

Önceden bulgura sıcak su ve tuz ilave edilip dinlendirilir.

Dinlendirilen bulgur hamur haline getirilene kadar yoğrulur.

Yoğrulan hamur yumru şeklinde koparılır, el içinde içi çukur külâh şeklinde açılır.

Diğer bir tencerede sıvı yağ ile soğan ve kıyma kavrulur, içine tuz karabiber ve reyhan katılıp karıştırılır. İşlem bittikten sonra 1 su bardağı pirinç ilave edilip karıştırılır.

Açılan köftenin iç malzemesi olarak bir önceki aşamada hazırlanan malzeme içe yeterli miktarda doldurulur ve ağzı kapatılır.

Hazırlanıp ağzı kapatılan köfteler tencerede kaynayan suda haşlanır.

Sıcak olarak servis edilir.

