



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KIYMALI BULGUR KÖFTESİ

<https://www.dogrusicarrefoursa.com>

250 gr kıyma  
2 su bardağı ince bulgur  
1 adet soğan  
1 yumurta  
1 yemek kaşığı un  
Tuz, karabiber, kimyon ve kuru nane  
1 yemek kaşığı domates salçası  
2 su bardağı su  
Sosu için:  
1 adet domates rendesi  
2 su bardağı su  
1 yemek kaşığı domates salçası

Bulguru 1 buçuk su bardağı kaynamış su ile ıslatın ve üzerini kapatarak 15 dakika bulgurun kabarmasını bekleyin. Üzerine rendelenmiş soğan ve diğer köfte malzemelerini ekleyin, ceviz büyüklüğünde köfteler yapın. Bir sos tavasına rendelenmiş domatesi alın ve suyunu hafif çekene kadar pişirin. Üzerine domates salçası ve suyu ilave edin. Karıştırıp ocaktan alın. Hazırladığınız köfteleri bu domates sosu ile birlikte kısık ateşte 30 dakika pişirin.

Not: Köftelerinizi salça koymadan hazırlarsanız bol yağda kızartabilirsiniz.