



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖFTE

Rendelenmiş bir adet soğan
Rendelenmiş bir diş sarımsak
Yarım demet mikserden geçirilmiş maydanoz
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı karabiber, pul biber, kimyon
1 yemek kaşığı galeta unu
Yarım yemek kaşığı kurutulmuş mikserden geçirilmiş bayat ekmek

Tüm malzemeleri bir kabın içine koyun.
Bir kabın içine ılık su ilave edin.
İyice yoğurun. Yoğurdukça ellerinizi ıslatın.
20 dakika yoğurduktan sonra streçleyip dolaba kaldırın.
1 saat sonra çıkartıp ellerinizi ıslatıp yuvarlatın.
Kızartma sırasında ateşin kızgın olmasına dikkat edin.
Ancak kızartma esnasında ise ocağı kısın.

