



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖFTE

500 gr orta yağlı kıyma
1 orta boy rendelenmiş soğan
1 diş sarımsak
1 adet yumurta
Yarım çay bardağı galeta unu
1 yemek kaşığı sıvı yağ
1 avuç ince kıyılmış maydanoz
1,5 çay kaşığı tuz
Yarım çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon

Uygun bir yoğurma kabı içerisine kıymamızı alalım. Üzerine rendelenmiş ve suyu sıkılmış soğan, küçük küçük kesilmiş sarımsak, yumurta, galeta unu, sıvı yağ, maydanoz, tuz, karabiber ve kimyonu alalım ve malzemelerimiz güzelce karışana kadar yoğuralım.

Hazırladığımız harcımızın üzerini streç ile örtelim ve 30 dakika kadar buzdolabında dinlendirelim.

Sürenin sonunda harcımızı dolaptan alalım, elimizle parçalar kopartarak şekillendirelim. Ben şekli oval yaptım ancak siz dilediğiniz gibi şekillendirebilirsiniz. Ancak burada köftelerinizin içlerinin de pişmesi için ince olmasına dikkat etmelisiniz.

Şekillendirdiğimiz köftelerimizi uygun bir tabak içerisine alalım. Dilerseniz köftelerinizi bu aşamada da dinlendirebilirsiniz.

Köftelerimizi pişirmek için ocaktaki tavamıza sıvı yağı alalım ve ısıtalım.

Ardından köftelerimizi tavamıza alalım ve her iki tarafını da çevirerek pişirelim.

Pişen köftelerimizin fazla yağının süzülmesi için kağıt havlu serdiğimiz tabağa alalım ve servis edelim.

