



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖFTE

500 gram kıyma (tercihen yarım yağlı)
1 adet soğan
2 dilim bayat ekmek (sünger gibi)
1 yumurta
Tuz, karabiber, kimyon, pul biber
1 çay bardağı su

Bayat ekmeği suya batırıp iyice ıslatın, ardından sıkarak ekleyin. Kıymayı bir kaba alıp rendelenmiş soğan, baharatlar, yumurta ve ıslattığınız ekmekle yoğurun. Köfte harcını 20 dakika kadar dinlendirin. Şekil verip ızgarada veya fırında pişirin. 180 derece fırında 25-30 dakika kadar pişirilebilir.

