



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖFTELİ CACIK

1 su bardağı ince bulgur
1 adet salatalık
Kase yoğurt
2 diş sarımsak
1 çay bardağı su
1 çay kaşığı tuz
3 çorba kaşığı zeytinyağı

Bulgurun üzerine az az su eklenerek, bütünleşene kadar yoğrulur. Minik köfteler yapılır. Kaynayan tuzlu suya atılır, 10 dakika haşlanır. Sudarı alınır ve soğumaya bırakılır. Diğer yanda yoğurt, su, ezilmiş sarımsak, tuz, yağ çırpılır. Ufak doğranmış salatalık ve soğumuş köfte katılır, karıştırılır. Servise sunulur.