



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖFTELİ DOMATESLİ SPAGETTİ

Eğlenceli Tarifler
Sağlıklı Minikler

50 gr spaghetti
1 çay bardağı domates püresi
40 gr kuzu kıyma
1 adet arpacık soğan, rendelenmiş
1 cm kalınlığında taze zencefil, rendelenmiş
Birkaç yaprak taze kekik, kıyılmış
2 çorba kaşığı Komili Sızma Zeytinyağı
Toz parmesan peyniri
Un
Deniz tuzu

Kıymayı, arpacık soğan, zencefil, bir tutam deniz tuzu ve kekik ile birlikte bir kaba alıp yoğurarak köfte hamuru haline getirin. Hazırladığınız harçtan misket büyüklüğünde parçalar koparıp köfteleri yuvarlayın ve tabağa yayın. Üzerlerine hafifçe un serpiştirin. Bir tavada bir kaşık Komili Sızma Zeytinyağını ısıtıp unlanmış köfteleri tavaya atın ve çevirerek birkaç dakika pişirip ateşten alın. Kalan Komili Sızma Zeytinyağı ile domates püresini orta boy bir tavada kaynayanaya kadar pişirin. Kaynadıktan sonra altını kısıp birkaç dakika daha pişirin. Spagettileri kaynar tuzlu suda haşlayıp süzün. Köftelerle birlikte domates sosunun bulunduğu tavaya alarak karıştırın. Üzerine toz parmesan serpiştirerek hemen servis edin.

