



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖFTELİ MAKARNA

Et köftesi için
400 gram bonfile
Tuz
Karabiber, kekik, kimyon
2 diş sarımsak
5 çorba kaşığı zeytinyağı
Yarım paket makarna
2 çorba kaşığı tereyağı
3 adet domates
3 diş sarımsak

Bonfile etini keskin bir bıçakla satır kıyması gibi irice çekin. Üzerine baharatları ekleyip karıştırın. Rendelenmiş sarımsağı içine ekleyip zeytinyağıyla güzelce yoğurun hepsini. Baharatları da ekleyip bu harcı bir gece dinlendirin. Daha sonra elinizle top top köfteler hazırlayarak ızgarada ya da yağsız tavada pişirin. Ekmek koymadığımız için makarnayla güzel ve sağlıklı bir köfte oluyor. Haşlanmış makarna ve rendelenmiş domatesle birlikte 5 dakika daha pişirdiğiniz makarnanın üzerine bu köfteleri koyup afiyetle yiyin.

