



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KOLAY İÇLİ KÖFTE

2 su bardağı köftelik bulgur  
1 çay bardağı irmik  
3 su bardağı sıcak su  
1 çay bardağı un  
1 adet yumurta  
1 tatlı kaşığı biber salçası  
Tuz  
Karabiber  
Pul biber  
İçi için;  
½ çay bardağı sıvı yağ  
2 adet soğan  
250 gram kıyma  
½ su bardağı çekilmiş ceviz içi  
1 tutam maydanoz  
Tuz  
Karabiber  
Kimyon  
Pul biber

İç malzemeyi hazırlamak için küçük küçük doğradığınız soğanı sıvı yağda kavurun. Üzerine kıymayı ekleyin ve 5-6 dakika daha kavurun. Baharatlarını ilave edip 2 dakika daha pişirin. Ocaktan aldıktan sonra ceviz ve ince kıyılmış maydanozu ilave edip karıştırın. İç harç soğurken köfte hamurunu hazırlamaya başlayabilirsiniz. Derin bir kaseye bulgur ve irmiği alın. Üzerine sıcak suyu ekleyip kaseyi üzerini kapatın ve 10 dakika bekletin. Kaseye un, yumurta, salça ve baharatları ekleyip yoğurun. Hamurun elinize yapışmaması için ara ara elinizi ıslatın. Hamuru açmak için tezgaha streç film serin. Hamurdan mandalina büyüklüğünde hamuru yuvarlayarak koyun ve üzerine bir streç film kapatıp merdaneyle açın. Üzerindeki streç filmi alıp hamuru bir kaseye ile yuvarlak kesin. Hamurun ortasına bol bol iç malzemeden koyun ve poğaça kapatır gibi kapatın. Köfteleri bol kızgın yağda kızartın. İlk sıcaklığı geçtikten sonra kaba koyun ve üzerini temiz bir peçete ile kapatın.