



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## KOLAY İÇLİ KÖFTE

1 su bardağı ince bulgur  
1 adet soğan  
100 gram içli köftelik kıyma  
1 adet yumurta akı  
1 çay bardağı ince kıyılmış ceviz  
Kimyom, kişniş, kırmızı biber, tuz  
Sıvı yağ  
Sosu için:  
1 çorba kaşığı salça  
1 çorba kaşığı tereyağı  
2 diş sarımsak  
1 çay bardağı su

Derin bir kabın içinde bulguru, kıymayı, rende soğanı, cevizi, yumurta akını ve baharatları, yarım çay bardağı suyla iyice yoğurun ve ara sıra elinizi suya batırıp minik köfteler yapın. Köfteleri kızgın yağda kızartın. Salça, tereyağı, sarımsağı suyla pişirip sos yapın. İçli köfteyle beraber sunun.

[ML® İçli Patates Köftesi için tıklayın](#)

---