



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

KOLAY KADINBUDU KÖFTE

600 gram kıyma
350 gram soğan (4 büyükçe)
120 gram pirinç (1/2 bardak)
75 gram rende kaşar (3 kahve fincanı)
1 demet maydanoz
1 demet dereotu
1/2 çorba kaşığı kekik
Tuz karabiber
KIZARTMAK İÇİN:
220 gram rafine çiçek yağı (1 bardak)
100 gram un (2 kahve fincanı)
3 yumurta

1 Kemiksiz olarak tartılmış yağsız ve iki kez çekilmiş 600 gram koyun kıymasına; gelişigüzel parçalara kesilmiş 4 büyük baş soğan ilâve ederek bu soğanlı kıymayı bir defa da et makinesinden geçirmeli ve bunlara; yumuşayınca kadar haşlanmış yarım bardak pirinç, üç kahve fincanı rendelenmiş kaşar, her ikisi de kıyılmış birer demet maydanoz ve dereotu, yarım çorba kaşığı kekik, 1 kahve kaşığı karabiber ile 1 tatlı kaşığı da tuz katarak, 5 dakika kadar yoğurmalıdır.

2 Kıymanın yoğurulması sona erince; bundan küçükçe yumurta büyüklüğünde parçalar kopararak iki avuç içinde yuvarladıktan sonra üstlerine bastırmak suretiyle bütün kıymaya küçük yumurta şeklinde, fakat az yassıtılmış birer şekil vermelidir.

3 Sonra, bu köfteleri teker teker alarak bir tabak içindeki unda yuvarlamak suretiyle hafifçe unlamalı, sonra da bir tabak içinde çalkanmış 3 yumurtaya buladıktan sonra, yumurtalanmış bu köftelerden bir parti olarak, içinde az kızdırılmış 1 bardak rafine çiçekyağı olan tavaya atmalı ve köftelerin bir tarafları kızardıktan sonra diğer taraflarını çevirmek suretiyle köftelerin her iki tarafları nar gibi oluncaya kadar kızartmalı ve sonra da bu köfteleri bir delikli kepçe ile tavadan tabağa almak ve diğer parti köfteleri atmak suretiyle bütün köfteleri böylece kızartmalı ve servis yapmalıdır.