



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÜRT KÖFTESİ

THY Skylife

2 su bardağı ince bulgur

1 çay bardağı un

1 yumurta

Tuz

Karabiber

Pul biber

Kuru nane

Sosu İçin:

3 diş sarımsak

1 kâse yoğurt

2 adet soğan

1 kahve fincanı zeytinyağı

1 yemek kaşığı salça

Bulguru derin bir kaba koyup üzerine çıkacak kadar kaynar su ekleyin. Suyunu çektikten ve soğuduktan sonra tuzu, baharatları, yumurtayı, unu ve naneyi ekleyip yoğurun. Parmak uzunluğunda köfteler yapın. Kaynattığınız üç su bardağı suyun içine bu köfteleri atarak suyun üzerine çıkıncaya kadar haşlayın. İri doğranmış soğanı yağda soteleyin. Salça ekleyip birkaç dakika daha kavurun. Köfteleri süzüp üzerine sarımsaklı yoğurdu ve bu sosu ilave edin.

