



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KURU BAKLALI KURU KÖFTE

1 su bardağı kuru bakla
400 gr kıyma
1 adet kuru soğan
Yarım demet maydanoz
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz

Bakla düdüklüde haşlanır. Kabuğu varsa soyulur ve blenderden geçirilir. Tamamen soğuyunca üzerine rende soğan, kıyılmış maydanoz, kimyon, tuz ve karabiber eklenir. Özleşene kadar yoğrulur. Ceviz kadar parçalar alınır, yuvarlak köfteler yapılır. Fırın kabına dizilir. 200 derece sıcak fırında pişirilir.