



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU FASULYE KÖFTELİ SANDİVİÇ

250 gram ezilmiş kuru fasulye
500 gram yağsız dana kıyma
1 bardak ezilmiş, suyu süzölmüş ananas
1 çorba kaşığı hardal
1 çorba kaşığı ılık bal
4 adet sandviç ekmegi
Kızartma yağı

Ezilmiş fasulyeyi bir kaseye koyun. Kıymayı ekleyerek iyice karıştırın. 12 adet köfte olacak biçimde yuvarlayın ve küçük parçalar halinde düzleştirin. Bu köfteleri tavada, orta ateşte iki yüzünü de kızartın. Balı, hardalı ve ananası birlikte karıştırın. Küçük bir köfteyi sandviç ekmeklerin üzerine yerleştirin. Üzerine ananas karışımını sürün.

