



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KURU KÖFTE

500 gram kıyma (Yarısı dana yarısı kuzu eti olursa daha lezzetli olur)

3 diş sarımsak

1 soğan

1 çay kaşığı tuz, karabiber, kimyon, kekik

1 çorba kaşığı galeta unu

1 çorba kaşığı pul biber

Kıyma, ezilmiş sarımsak, rendelenmiş soğan, baharatlar ve galeta ununu bir kabın içinde yoğurup 10 dakika dinlendirin. Ceviz büyüklüğünde parçalar kopartıp elinizle yuvarlayıp sıkarak şekil verin. Izgara görünümlü tavanın içine az yağda ya da fırında pişirin. Servis yapmak için közlenmiş domates, biber ve lavaş ekmeği kullanılabilir.