



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KURU KÖFTE

1 su bardağı kıyma  
1 çay kaşığı tuz  
1 küçük soğan  
1 çay kaşığı kimyon  
1 dilim bayat ekmek içi  
1/2 çay kaşığı karabiber  
4-5 dal maydanoz

Ete, ıslatılıp suyu sıkılmış ekmek içi, kıyılmış maydanoz, rendelenmiş soğan, kimyon, karabiber ve tuz katarak yoğurup özleştiriniz.  
Yarım ceviz büyüklüğünde parçalar alıp avuç içinde yuvarlıyarak yağlanmış tepsiye diziniz. Orta hararetli fırında sertleştirmeden pişiriniz.

[ML® Filistin Köftesi için tıklayın](#)

---