



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## LEZZETLİ VE HAFİF KÖFTELER

120 g NESFIT® Sade  
1 Çiğ Pancar  
50 g Toz Fındık  
1 Yumurta  
1 çay kaşığı Zeytinyağı  
1 Tutam Kekik  
1 dilimler Sarımsak  
90 g Taze Keçi Peyniri  
1 Avokado  
3-4 dilimler Ispanak ya da Roka  
1 Tutam Tuz ve Karabiber  
1 çay kaşığı Limon Suyu  
6 Mini Burger Ekmeği

Fırını 180°C'de önceden ısıtın.

Pancarını ince ince rendeleyin. Daha sonradan pembe burger ekmeklerini hazırlamak üzere suyunu süzüp kenara ayırın.

NESFIT kahvaltılık gevreği karıştırın. Pancar rendesini ve geri kalan malzemeleri (toz fındık, yumurta, zeytinyağı, sarımsak ve bir miktar kekik) ilave edin. Tuz ve karabiber ekleyip homojen bir karışım elde edinceye dek karıştırın.

Hamur bıçağı yardımıyla mini köfteler hazırlayıp pişirme kağıdı serili bir tabağa alın ya da silikon mini kek kalıplarında pişirin.

180°C fırında 10 dakika arkalı önlü pişirin.

Limon suyu kaplı bir kat avokado püresi, mini pancar köftesi, taze keçi peyniri ve küçük ıspanak ilave ederek mini burgerleri hazırlayın.

Ekmek makinesinde ev yapımı ekmeği hazırlamak için:

Malzemeleri aşağıdaki sırayla ekmeği makinesine yerleştirin: 70 ml pancar suyu (yoksa normal su kullanın), 90 ml yayık ayranı, 1 yemek kaşığı zeytinyağı, 30 g çirpılmış yumurta, 1/2 çay kaşığı tuz, 1/2 yemek kaşığı şeker, 300 g un ve maya (5 g kuru maya ya da 12 g yaş maya).

Hamur programını başlatın (1 sa 30 dk).

Tamamlandığında, 8-10 adet top hazırlayıp, parşömene sarılı pişirme kağıdına yerleştirin.

Topların üzerini suyla ıslatıp üzerlerine çekirdek serpin (ör. susam, kabak...).

Biz beze sarıp 30 dakika dinlendirin.

Fırını 200°C'de önceden ısıtıp 10-12 dakika pişirin.



© lezzetler.com tarif no:164808 • adı:Lezzetli ve Hafif Köfteler • gönderen:OlurMuOlur • indirme tarihi:07.04.2025 - 22:13