



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAYDANOZLU KÖFTE

500 gram kıyma
1 su bardağı galeta unu
1 yumurta
Yarım demet maydanoz
1 ay bardağı su
Tuz
Karabiber
1 adet soğanın suyu
2 diş sarımsak
Kimyon, kekik

Öncelikle soğanın suyunu sıkıp kıymanın üzerine koyun. İsterseniz soğanın tamamını da kullanabilirsiniz ama bu şekilde kasap köftesi tadında oluyor. Daha sonra kıyma ve soğan suyunun üzerine diğer tüm malzemeleri ekleyip yoğurun ve köfteleri yapın. Izgarada iki yüzünü de az yağda tavada pişmeye bırakın.