



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAYDONOZLU KÖFTE

750 gr koyun kol kürek kıyması
1,5 demet maydanoz
1,5 limon
2 avuç pirinç
3 yumurta sarısı
karabiber
tuz

Pirinç ayıklanıp yıkanır. Soğan soyularak rendelenir maydanoz dallarıyla birlikte kıyılır. Soğan ve piriñle maydanozun üçte bir miktarı kıymaya karıştırılır. Tuz ve karabiber atılıp yuğrulur.

Bir tarafta da ayrılan maydanozun yarısı büyükçe bir tepsiye serpiştirilir. Yuğrulan kıymadan ceviz büyüklüğünde yuvarlak ıslak avuç yapılıp maydanoz serpili tepsiye sıralanır. Kalan maydanoz da köftelerin üzerine serpilir.

Köftelerin maydanozlarla iyice bulanması için tepsi ileri - geri bir kaç kez silkelenir. Bir tencerede de 4 bardak su ateşe konur. Köf-teler, bu su kaynamaya başlayınca, teker teker tencerenin içine atılır. Bir taşım kaynadıktan sonra ateş hafifletilir, bir miktar tuz konup bir saat kadar pişirilir.

Köfte piştiği zaman içindeki suyun yüzeye yaklaşık olmasına dikkat edilir. Terbiyesi için, 3 yumurta sarısı ile 1,5 limonun suyu alınır. Bir kapta iyice çırpılır, yarım bardak da soğuk su ile sulandırılır, kaynamakta olan köfte ateşten çekildikten sonra üzerine boşaltılır.

Not: Kıyma yağlı olmamalıdır. Aksi halde pişerken dağılır. Fazla yağ kıymanın dağılmaması için, terbiyede kullanılacak yumurtanın beyazı kıymaya karıştırılır.