



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEZGİT KÖFTESİ

500 gram mezzit fileto
6 dal taze soğan
4 adet arpacık soğan
Yarım demet maydanoz
¼ demet dereotu
1 adet yumurta sarısı
½ çay bardağı galeta unu
1 adet rendelenmiş limon kabuğu
1 çay kaşığı köri
1 çay kaşığı tuz
1 çay karabiber
Kızartmak için:
1 su bardağı ayçiçeği yağı

Derisi ve kılçıkları ayıklanan balıkları bol suda yıkayıp kuruladıktan sonra küçük parçalar halinde kesin. Maydanoz ve dereotunu ince olarak kıyın. Soğanları halka şeklinde kesin. Kabuğunu soyduğunuz arpacık soğanları minik küpler halinde doğrayın. Bıçak kıyması dediğimiz hale gelene kadar yoğurun. Ardından doğradığınız soğanları, yeşillikleri, yumurta sarısı galeta unu, köri, rendelenmiş limon kabuğu, karabiber ve tuzu katın. Tüm malzemeleri karıştırarak yoğurun. Ceviz büyüklüğünde parçalar alarak elinizde yuvarlayarak sonra bastırarak köfte şekline getirin. Harç bitene kadar işlemi tekrar edin. Ayçiçek yağının içerisinde altın sarısı renk alana kadar arkalı önlü pişirin. Fazla yağın kağıt peçete içerisinde süzdürerek ılık olarak servis edin.

