



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MEZGİT BALIK KÖFTESİ

200 gr mezgit
2 patates
1 yumurta
5 gr tuz
5 gr karabiber
1/4 bağmaydanoz
1/2 bağ taze soğan
15 gr yeşillik
Süslemek için:
1 domates
5 gr tuz
15 gr buğday unu
15 gr pirinç unu
40 gr sıvı yağ

Patates ve balık ayrı ayrı haşlanır. Patatesler soyulur ve rendelenir. Balık haşlanır ve bir bezle suyu alınır. Maydanoz, yeşil soğan ince ince doğranır ve suyu bir bez yardımıyla sıkılır. Bir kabın içinde malzemeler karıştırılır, yumurta ve tuz, karabiber ilave edilir. Sonra yoğurulup şekil verilir. Un ve pirinç unundan su yardımıyla bulamaç yapıp köfteye bulanır. Önceden ısıtılmış sıvı yağda kızartılır.