



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## MİTİ MİTİ KÖFTESİ

1 adet tavuk göğüs eti  
250 gr dana kıyma  
1 adet soğan  
1 diş sarımsak  
2 dilim bayat ekmek  
1 çay kaşığı karabiber  
2 çay kaşığı tuz

Tavuk göğüs eti parçalara kesilir, rondoya atılır. Üzerine kabaca doğranmış soğan ve sarımsak atılır. Kıyma gibi olana kadar çekilir. Üzerine dana kıyma, ufalanmış ekmek içi, karabiber, tuz eklenir. Bütünleşene kadar yoğrulur. Cevizden küçük parçalar alınır, yuvarlak şekil verilir. Izgarada ya da fırında pişirilir.

---