



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MUHAŞERLİ KÖFTE (ELAZIĞ)

Gülşah Hoşses

300 gr köftelik bulgur
100 gr un
1 adet soğan
1 çorba kaşığı reyhan
100 gr muhaşer (kabuğu soyularak ikiye ayrılmış siyah nohut)
Tuz
Tuzlu tereyağı

Muhaşer haşlanır.
Bulgur sıcak suyla ıslatılır.
Soğan ince doğranır. Birlikte karıştırılır.
Un ve tuz ilave edilerek yoğrulur.
Küçük parçalar halinde yuvarlanır, küçük toplar haline getirilir.
10 dakika haşlanır.
Haşlandıktan sonra servis tabağına alınır.
Üzerine, reyhan ve kızdırılmış tuzlu tereyağı dökülerek servis yapılır.

Not: Muhaşer veya mukaşer, siyah nohut olarak da bilinen kara nohuttur. Suda bekletilen muhaşer, sudan çıkarıldıktan sonra kurutulur ve değirmende kabuklarından ayrılır. Bir bakliyat olarak bu haliyle mutfağımıza ulaşır. Muhaşerli köfte de Elazığ yöresine has bir lezzettir.

