



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NANELİ BULGUR KÖFTESİ

500 gr köftelik bulgur
125 gr tereyağı
2 bardak kaynar su
1 tatlı kaşığı tuz
1 adet küçük boy soğan
1 tutam maydanoz
1 tatlı kaşığı toz hale getirilmiş reyhan
Nane
Pul biber
1 su bardağı un

Bulguru kaynar su ile ıslatın. Tuz ekleyin. Suyu çekince un koyun. Çok ince kıyılmış soğan, reyhan, nane ve pul biber ekleyin. Yoğurun. Ufak parçalar kopararak yuvarlak şekil yapın, parmağınızla ortasına bastırın. Kaynar suya atarak 10 dk kadar haşlayın. Süzerek çıkarın. Üzerine eritilmiş tereyağı gezdirerek servis yapın.

