



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU PATATES KÖFTESİ

1.5 su bardağı nohut
2 adet patates
1 ay bardağı ince bulgur
1/2 demet maydanoz ve dereotu
1 su bardağı un
Tuz
Karabiber
Pul biber

Nohudu bir gece önceden ıslatın. Ertesi gün suyunu süzün ve yumuşayana kadar haşlayın. Suyunu süzerek bir kaba alın. Haşlanmış patatesleri nohuda katın. Yoğururken bulguru ekleyin. Kiyılmış maydanoz ve dereotunu katın. Tuz, karabiber ve pul biber ilave edip iyice yoğurun. Harçtan iri köfteler hazırlayın, una bulayıp kızartın.