



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ORUK

### MALZEMELER

750 gr dana kıyma,  
2 su bardağı ince bulgur,  
2 adet yumurta,  
1 adet kuru soğan,  
4-5 diş sarımsak,  
4-5 yemek kaşığı kuru nane,  
1 çay kaşığı karabiber,  
1 yemek kaşığı tuzot,  
1 su bardağı sıvı yağ,  
Garnitür için:  
3 adet patates,  
2 yemek kaşığı zeytinyağı,  
1 yemek kaşığı tuzot,  
1 çay kaşığı pul biber,  
1 küçük top salata

### YAPILIŞ TARİFİ

Garnitürün Yapılışı:

Patatesleri küp şeklinde doğrayın. Zeytinyağını tavada kızdırın. Patatesleri ekleyip kızartın. Pulbiber ve tuzotu ilave edip karıştırın. Top salatayı ve biberi ince kiyin. Patatesleri harmanlayın. Orugun yanında servis yapın. Bulguru 1.5 su bardağı kaynar su ile ıslatın. 20 dakika bekletin. Soğanı ve sarımsağı rendeleyin. Bulgurun üzerine yumurtaları kırın. Soğan, sarımsak, nane, tuzot ve karabiberi ekleyip karıştırın. Kıymayı ilave edip çok iyi yogurun. Uzun köfteler hazırlayın. Kızdırılmış sıvıyağda kızartın.