



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ORUK (SİMİT KEBABİ)

1 su bardağı köftelik Bulgur
yarım su bardağı sıcak su
2 büyük soğan
az yağlı koyun kıyma
1 tatlı kaşığı biber salçası
2 yemek kaşığı nane
2 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kırmızı biber
1 tatlı kaşığı kimyon
yarım tatlı kaşığı yenibahar

Bulguru geniş bir kaba koyun, üzerine suyu gezdirin, 30 dakika bekletin. Soğanı ve sarımsağı soyun, yıkayın soğanı rendeleyip sarımsağı ezin. Kıyma soğan, sarımsak, salça, nane, tuz ve baharatları bulgura ekleyip iyice yoğurun. Eli hafif ıslatarak harcı 6 parçaya ayırın. Her parçayı şişlere geçirin. Parmak izi bırakacak şekerde sıkarak 2,5 santim çapında şi köfteler hazırlayın. Yemekten yarım saat önce hafif köhür ateşi üzerinde çevirerek pişirin. Şişlerle beraber servis yapın.