



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PANCAR KÖFTESİ

1 su bardağı su
1/2 bardak mısır
Rezene tohumu
Tuz
4 adet küçük pancar
1/2 kabak
1 büyük havuç
1 adet kuru soğan
4 yumurta
1 avuç melisa
Deniz tuzu
Biber (doğranmış)

Küçük bir tencerede su kaynatın. Mısır, tuz ve rezeneyi ekleyin ve 10 dakika boyunca düşük sıcaklıkta pişirin. Pişmiş mısırı kenara koyun ve pancar, kabak, havuç ve soğanı rendeleyin. Hepsini, bir kase içinde rendelenmiş sebzeler, yumurta ve baharatlar ile karıştırın. Karışımı sulu hissediyorsanız un, yulaf ya da biraz daha mısır ekleyebilirsiniz. Yassı köfteler yapı. Biraz yağlı bir tavada, orta ateşte her iki tarafını pişirip servis edin.

