



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DÜĞÜLÜ PARMAK KÖFTE

<http://www.ebruomurcali.com.tr>

600 gr. köftelik kıyma  
50 gr. kuyruk yağı [?] kıymayla beraber çekilecek  
1 çay bardağı kısırlık bulgur  
Yarım çay bardağı soda  
1 adet kırmızı soğan  
1 adet kuru soğan  
Tuz, karabiber  
Üzerine:  
Sıvı yağ

Kuyruk yağlı kıyma, soda, bulgur ve baharatı yarım saat yoğurun. Karışımı 1 gece buzdolabında bekletin. Ertesi gün rendelenmiş soğanları ilave edin ve tekrar yoğurun. Köftenizden iki parmak kalınlığında şeritler yapın ve şeritleri arzu ettiğiniz boyda kesin. Üzerine sıvı yağ sürerek mangal ya da fırın ızgarasında kızartın.

