



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATESLİ ÇİĞ KÖFTE

5-6 adet patates
1,5 su bardağı ince bulgur
3-4 adet yeşil biber
10 adet yeşil soğan
1 demet maydanoz
2 çay kaşığı kırmızı biber
1,5 çay kaşığı kimyon
1,5 çay bardağı sıvı yağ
2 limon suyu
Tuz

Patatesleri haşlayıp rendeden veya makinadan geçirin. Bulguru ayıklayıp geniş bir kaptaki üzerine bir bardak kaynar su ilave edin. Kabarmasını bekleyin. Patatesin üzerine koyup yoğurun. Üzerine sıvıyağ limon suyu ile bir iki defa yoğurun. Sonra baharatları ilave edin. Yeşil soğan maydanoz ve biberi ince ince kesip en son onlarda katın. Ceviz büyüklüğünde parçalar alıp çiğ köfte gibi sıkıp servis edin. Yanlarına marul yaprağı koyup servis yapın.

