



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PAZILI BULGURLU KÖFTE

Arzu Batur

1 Baę pazı
1 Adet Kuru Soęan
2 Adet Domates
½ yemek kaşığı domates salçası
1 bardak ılık su
1 Adet sarımsak
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı karabiber
1,5 çay bardağı zeytinyağı
Kıyma içi için:
170 gram kıyma
200 gram ince bulgur
1 adet yumurta
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı karabiber
1,5 çay bardaęı un
Yoęurt sos yapımı:
2 Su bardaęı yoęurt
2 Diş sarımsak
Pulbiber

Yayvan bir tencerede yağ ve doğranmiş kuru soğanlar sotelenir. Soğanları pempeleşince doğranmiş ve yıkanmiş pazı ilave edilir. Pazıların diriliği gidene kadar pişirilir. Domatesler rendelenmiş yemek salçası ile ilave edilir ve kendi suyuyla pişirmeye devam edilir. Doğranmiş sarımsak ilave edilir. Pazı suyunu çekince yarım bardak veya 1 bardak ılık su ilave edilir. Baharatlar ilave edilir. Pazı suyunu çekince pazı 5-10 dk.dinlenmeye bırakılır. Bulgurlu köfte yapımı: Derin bir kapta yumurta ve un hariç tüm malzemeler yoğrulur. En son yumurta ilave edilir. Köfte hafif sertleşince küçük köfteler yapılıp un serpilip servis tabağa konulup un ile özdeşleştirilir. Su kaynayan tencereye köfteler konulup 15 dk. kadar haşlanır. Kayık servis tabağına pazı konulur. Üzerine sarımsak ilave edilmiş yoğurt dökülüp pulbiber ile süsleme yapılır. Sonra tabak kenarlarına köfteler dizilir. Servise hazır.

