



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEKMEZLİ SOSLU NOHUTLU KÖFTE

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

Köfte:

1 su bardağı nohut
1 adet kuru soğan 2 iri
5 diş sarımsak
250 gr. köftelik kıyma
3 dilim ekmek içi
3 çorba kaşığı kepekli un
1 tatlı kaşığı karbonat
1 çay bardağı kıyılmış maydanoz
7 8 dal taze nane

Baharatlar:

1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı kişniş
1 tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı karabiber

Tuz

Pekmez Sos:

2 çorba kaşığı tereyağı
1 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı un
1,5 su bardağı et veya tavuk suyu
2 çorba kaşığı pekmez
1 adet defne yaprağı
1 tatlı kaşığı tane karabiber

Pekmez Sos Hazırlanışı:

Tereyağında ince doğranmış soğanları kavurun.
Unu ekleyin ve sürekli karıştırarak 5 dakika kavurun.
Tavuk ya da et suyunu ilave edin.
Baharatları ekleyin ve karıştırarak koyulaşana kadar pişirin.
Pekmezi ekleyip bir taşım kaynatın.
Sosu pürüzsüz olması için süzgeçten geçirin ve servis yapın.

NOT: Hazırladığınız sosu ızgaralarınızda ve atıştırmalık hamur işlerinde de kullanabilirsiniz.

Nohutları akşamdan ıslatın ve ertesi gün yumuşayınca kadar haşlayın.
Süzülmüş nohutlar, soğan, sarımsak ve baharatları mutfak robotunda öğütün.
Kıyılmış maydanoz ve naneyle beraber tüm köfte harcını yoğurun.
Ceviz büyüklüğünde köfteler hazırlayın ve yağlanmış tepsiye dizin.
190 derecede ısıtılmış fırında kızarana kadar pişirin.
Pekmez sos eşliğinde servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:137816 • adi:Pekmezli Soslu Nohutlu Kfte • gönderen:barış savar • indirme tarihi:08.04.2025 - 08:06