



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SAC ORUĞU (HATAY)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Et, et öğütücüsünde çekilir. Bulgur ıstatılıp kıyma makinesinde biber ve soğanla iki defa çekilir. İçine bir tatlı kaşığı kimyon, karbonat, 2 yemek kaşığı un ve çekilmiş et konarak iyice yoğurulur. Hazırlanan köfte portakal büyüklüğünde parçalara ayrılır. her biri ayrı ayrı, bir naylonun üzerinde tabak büyüklüğünde incecik açılır. Hazırlanan içten biraz alınarak açılmış köftenin üstüne yayılır. Diğer parça, naylonuyla kaldırılarak öbürünün üstüne kapatılır ve kenarları bastırılıp yağlanmış tava veya sacda kızartılır.

