



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SANDAL KÖFTE

<https://www.sabah.com.tr>

Dana Kıyma 400 gram
Kuzu Kıyma 100 gram
Tuz
Karabiber 1 çay kaşığı
Kırmızı Toz biber 1 çay kaşığı
Kimyon 1 çay kaşığı
Yumurta 1 çay kaşığı
İç harcı:
Ispanak 500 gram
Taze mantar Doğranmış 250 gram
Bezelye Ayıklanmış yarım çay bardağı
Kuru Soğan ince kıyım 1 adet soğandan
Tuz
Karabiber 1 çay kaşığı
Zeytinyağı 2 yemek kaşığı
Sarımsak 1 diş doğranmış

Tüm malzemeler yoğrulur ve 5 eşit parçaya bölünür. Bölünen parçalar ince tabaka halinde fırın tepsisi içinde sandal gibi şekillendirilir. 180 derece fırında 10- dk. kadar pişirilir.
İçi için, doğranan tüm malzemeler sırası ile soğan, sarımsak, mantar, ıspanak olacak şekilde tavada sotelenir. Baharat ile lezzetlendirilir ve kenara alınır
Fırında pişen köfte içine hazırlanan iç harç ora kısmına yerleştirilir. Tekrar 2-3 dk fırında pişirilir. Resimdeki şekilde servis edilir.

