



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

ŞAP KÖFTE (BARTIN)

Bartın İl Kültür Turizm Müdürlüğü

850 gr. Dana Kıyma
150 gr. Kuzu Kıyma
50 gr. Soğan
30 gr. Galeta Unu
5 gr. Tuz
5 gr. Kimyon
5 gr. Karabiber
5 gr. Kekik
5 gr. Pul Biber

Köfte için gerekli olan bütün malzemeler karıştırılır ve yoğundur. Üzeri kapatılarak 60 dk dolapta bekletilir. Tekrar tezgahın üzerine vurarak yoğundur. 60 dakika daha buzdolabında bekletildikten sonra kıyma makinesinde çektilir. 30 gr'lık parsalar halinde yuvarlanarak elle hafifçe bastırılır. Meşe kömüründen hazırlanarak ızgarada sık sık çevrilerek pişirilir.

