



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAKLI BULGUR KÖFTE

Elif Korkmazel

Yarım kilo ince bulgur
1.5 Çorba kaşığı biber salçası
Su
1 su bardağı un
1 yumurta
1 limon
6-7 dal kıyılmış maydanoz
1 su bardağı zeytinyağı
1 baş dövülmüş sarımsak

Bulguru yarım çorba kaşığı salça ile karıştırın. Üzerine azar azar su serpererek yoğurun. 5-10 dakika dinlendirip, bulgurun şişmesini bekleyin. Karışıma un, yumurta, kimyon ve tuz ekleyin. Ara ara su serpererek yoğurun. Hazırladığınız köfte harcından fındık büyüklüğünde parçalar alıp, yuvarlayın. Yuvarlakların ortasına hafif çukur olacak şekilde elinizle bastırın. Bir tencerede su kaynatın. Yarım çorba kaşığı tuz ve yarım limon suyunu ekleyin. Köfteleri ilave edip 15-20 dakika pişirin. Delikli kepçe ile servis tabağına alın. Zeytinyağında dövülmüş sarımsağı kavurun. 1 çorba kaşığı salça ve kalan yarım limonun suyunu ilave edip kaynatın. Sarımsaklı karışımı köftelerin üzerine dökün. Maydanozla süsleyip servise sunun.