



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAKLI POGNİK (ADİYAMAN)

Köftelik ince bulgur 1 su bardağı
Döğme unu veya ince bulgur 1 su bardağı
Un 1 çorba kaşığı
İri soğan 2 adet
Katıyağ 1 çorba kaşığı
Limon suyu 2 çorba kaşığı
Tuz Yeteri kadar
Nane Yeteri kadar
Karabiber Yeteri kadar
Kırmızı biber Yeteri kadar
Sarımsak Yeteri kadar
Su Yeteri kadar

İnce bulguru ve döğme ununu yarım bardak ılık suyla ıslatın. Tuz atıp kapağını örtün. Kabarıncaya kadar bekleyin. Kabarınca unu ilave edip yoğurun. Birbirini tutar hale gelince nohuttan biraz büyük köfteler (pognikler) yapın. Hafifçe yassılaştırıp 7-8 bardak tuzlu suda haşlayın. Öte yanda soğanları uzun halka halka doğrayın. Kızgın yağda pembeleştirin. Pembeleştirdiğiniz soğanları köfteleri haşladığınız suya atın. Kara ve kırmızı biberleri ilave edip bir iki taşım kaynatın. Naneleri ekleyin. Sarımsağı ayıklayıp havanda dövün. Limon suyuyla karıştırıp kaynar köftelerin içine dökün. 5-10 dakika daha kaynatıp sıcak sıcak ikram edin.