



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞARK USULÜ ETLİ KÖFTE

Malzeme: (4kişilik)

500-600 gr. kemiksiz kuzu kolu veya yağsız tarafından kuzu budundan kıyma,

4 diş sarımsak (çok ince kıyılmış),

2 dal nane (yaprakları çok ince kıyılmış),

1 yumurta,

tuz,

karabiber,

2-3 çorba kaşığı un (elenmiş),

ayçiçek yağı (kızartma için).

Kıyma, sarımsak, nane, yumurta, tuz ve biberi bir kaptaki karıştırıp iyice yoğurun.

Karışımı dilediğiniz biçimde şekillendirip köfteleri iyice una bulayın.

Bir tavada çiçek yağını orta ateşte iyice kızdırıp unlanmış köftelerin her yanını iyice kızartın.

Köfteleri tavadan alıp kağıt peçete üzerinde fazla yağlarını aldıktan sonra sıcak olarak, dilerseniz pilav ile servis edin.

[ML® Etlü Köfte için tıklayın](#)

[ML® Etlü Köfte \(görsel\)](#)