



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE KÖFTESİ

4 adet orta boy kabak
1 adet havuç
100 gram mantar
1 demet taze soğan
3 yumurta
1,5 çay bardağı un
100 gram beyaz peynir
5 dal maydanoz ve dereotu
Yarım soğan
Tuz
Karabiber

Kabağı, havucu ve mantarları rendenin kalın yeriyle rendeleyin. Bir kabın içine suyunu sıkarak alın. Üzerine rendelenmiş soğanı, taze soğanı, ezilmiş beyaz peyniri, kıyılmış maydanozu da ekleyip karıştırın. Yumurtayı çırıp üzerine ilave edin. Hepsini birlikte karıştırın. Unu bu karışımın içine ekleyip harmanlayın. Daha sonra isterseniz yumurtaya bulayıp yağın içinde kızartın. Ya da mücver yapar gibi kaşıkla yağın içine koyup iki yüzünü de pişirip sıcak olarak servis yapın.

