



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KÖFTE

<https://www.sabah.com.tr>

- 3 tane patates
- 3 tane çarliston biber
- 3 kapy biber
- 2 tane patlıcan
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 500 gram dana kıyma
- 1 adet yumurta
- 1 adet küçük boy kuru soğan rendesi
- 1 diş sarımsak rendesi
- İsteğe göre baharat
- 3 yemek kaşığı ince çekilmiş ekmek veya galeta unu

Öncelikle kıymamızı, soğan rendemizi, sarımsak rendemizi, baharatlarımızı ve ekmek içimizi bir kaba alıp karıştırıp yoğuruyoruz. Daha sonra istediğimiz şekli verip bir saat dinlendirmeye alıyoruz. Sonrasında bütün sebzelerimizi tek tek kızartarak bir tencereye koyuyoruz. Burada sebzelerimizi birbirine karıştıktan sonra şekil verdiğimiz köfteleri üzerine diziyoruz. Sonra bir yemek kaşığı salçamızı 1.5 su bardağı suyla karıştırıp sebzelerin yanından tencereye döküyoruz, 10-15 dakika aralığında orta derece ateşte pişirdikten sonra yemeğimizi güzelce servis ediyoruz.

