



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ KÖFTE

- 600 gram kıyma
- 1 adet soğan
- 2 diş sarımsak
- 1 adet patates
- 1 adet kereviz
- 1 adet havuç
- 1 çay bardağı konserve bezelye
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 çorba kaşığı salça

Öncelikle köftesini yoğurmak için soğanı rendeleyip kıyma ile beraber karıştırın. İçine tuz ve karabiber koyup iyice yoğurun. Sebzeleri aynı boyda küp şeklinde doğrayın. Tavaya tereyağını koyup sebzeleri 5 dakika sote edin. Üzerine tuz, arzu ettiğiniz baharatları ve salçayı koyup karıştırın, ocaktan alın. Köfteleri de ceviz büyüklüğünde elinize alın, ortasını içli köfte gibi oyup kavrulan sebzeleri içine koyun. Üzerini bir kapak gibi köfte harcı ile kapatın. Fırın tepsisine dizin. Üzerine çok az su koyup fırında 20 dakika kadar pişirin. Daha sonra çıkartıp sıcak olarak servis tabağına alın. İstenirse üzerine bol maydanoz kıyıp süslenebilir.
