



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ SULU KÖFTE

500 gr dana kıyması
1 kahve fincanı piriç
1/2 demet maydanoz
Tuz
Karabiber
1 yemek kaşığı tereyağı veya margarin
2 adet soğan (orta boy)
1 adet yumurtanın akı
3 adet sarı patates (orta boy)
2 adet havuç (orta boy)
1 adet domates (büyük boy)

1. Kıymaya rendelenmiş soğan, kıyılmış maydanoz, yıkanmış piriç, tuz, karabiber ve 1 yumurta akı katarak iyice yoğurun. Küçük ceviz büyüklüğünde parçalara bölüp yuvarlayın.
2. Bir tencereye 5 bardak su, 1 kaşık yağ, küçük parçalar halinde doğranmış havuç ve domatesleri koyup kısık ateşte 20 dakika kaynatın. Sonra da köftelerle birlikte kuşbaşı doğradığınız patatesleri katın. Gerekirse biraz daha sıcak su ve tuz koyun. Patates ve köfteler pişince ateşten indirip servis yapın.