



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## SFERIA

600 gr koyun kıyma (veya siğir kıyma)  
50 gr baharatlı peynir  
1 soğan, rendelenmiş  
taze kimyon  
1 yumurta  
ekmek tozu  
tereyağı  
zeytinyağı  
tuz  
biber  
çeşitli baharatlar

Bütün malzeme beraberce bir kaba alınır, tuz ve biber arzuya göre ayarlanır, usanmadan en az 10 dakika yoğrulur, en son çok iyi çekilmiş ve elenmiş ekmek tozu kıvamınca konur. Köfte hamurundan misket biçimi köfteler yapılarak, büyük bir tavada tereyağı ile kızartılır ve sıcak servis edilir.