



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MALATYA USULÜ SIKMA KÖFTE

500 gram yarma bulgur (unlu köftelik bulgur)

1 çay bardağı kısırlık bulgur

1 tatlı kaşığı tuz

Su

Sos İçin:

3 adet orta boy soğan

1 kavanoz menemen sosu (veya 4 adet yeşil biber ve 2 adet domates)

1 yemek kaşığı domates salçası

1 yemek kaşığı biber salçası

1 yemek kaşığı tereyağı

Tuz

Pul biber

Karabiber

Bulgurla birlikte tuz ve üstünü geçmeyecek kadar sıcak suyu yoğurma kabına koyup üstünü kapatın. Yarım saat dinlendirin.

Dinlenen bulgurları iyice yoğurup ve küçük misket köfteler hazırlayın.

Köfteleri tuzlu suda bir iki taşım kaynatıp süzün.

Sosu için yemeklik doğranmış soğanları sıvı yağda kavurun eğer taze biber kullanılacaksa soğanla beraber onu da kavurun.

Kavrulan soğanların üzerine menemen malzemesini ekleyin. (Taze domates kullanılacaksa bu aşamada biber ve domatesleri kavurun.)

Bir taşım kaynayınca tereyağı, salça ve baharatlarını ekleyin.

Hazırladığınız sosa haşladığınız köfteleri ekleyip birkaç dakika birlikte kavurun.

Sıkma köfteniz hazır.

