



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SİNİDE KOLAY İÇLİ KÖFTE

1,5 su bardağı ince bulgur
1/2 su bardağı irmik
2 su bardağı sıcak su
2 adet patates
1 adet yumurta
4 yemek kaşığı yağ
1 çorba kaşığı salça
2 çay kaşığı Kimyon
2 çay kaşığı Tuz
400 gr kıyma
1/2 su bardağı ceviz
1 adet kuru soğan
1 yemek kaşığı kıyılmış maydanoz
1 çay kaşığı karabiber

Patatesi iyice haşlayın ve kabuklarını soyduktan sonra çatalla ezin.

Bulgur ve irmiği bir tencerede kaynar su ile ıslatın ve kapağını kapayarak demlenmeye bırakın.

Kıyma ve kuru soğanı 2 kaşık yağda kavurun. 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı kimyon, karabiber, maydanozu ve dövülmüş ceviz içini ilave edin.

Demlenmiş olan bulgurun üzerine salça, yumurta, haşlanmış patates ve baharatları ekleyin. Elinizle ezerek yoğurduktan sonra 2 parçaya ayırın.

1 yemek kaşığı yağ ile ıslattığınız tepsinin üzerine hamurun yarısını elinizle bastırarak yayın. Daha sonra kıymalı harcı ilave edin. Hamurun kalan kısmından ufak parçalar alıp elinizde bastırıp açarak tepsinin üzerini kapayın. 1 yemek kaşığı yağı üzerine sürün ve bıçakla dilimleyin.

180 dereceye ısınmış fırında pişirin.

