



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOSLU TAVUK KÖFTESİ

Yarım kg tavuk kıyması
1 çay bardağı galeta unu
5 diş sarımsak
1 küçük baş kuru soğan
Kimyon, karabiber, tuz
Sos için:
1 su bardağı su
1 çorba kaşığı salça
2 çorba kaşığı sıvı yağ
1 tatlı kaşığı un
Tuz

Rende soğan, ezilmiş sarımsak ve diğer malzemeleri bir araya getirilir, bütünleşene kadar yoğrulur. Yarım saat dinlendirildikten sonra arzu edilen şekilde köfteler yapılır, yağlanmış fırın kabına dizilir. Önceden ısıtılmış 185 derece fırında kızarana kadar pişirilir. Sos malzemesi sos tenceresine konur, iyice karıştırılır. Sonra orta ateşte sürekli karıştırarak bir taşım pişirilir. Köfteler servis tabağına konur, üzerine sos gezdirilir.