



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SULU KÖFTE

- 250 - 300 gram kıyma
- 1 adet soğan (rendelenmiş ve suyu süzölmüş)
- 1-2 diş sarımsak (isteğe bağlı)
- 1 çay bardağı köftelik bulgur (50 ml çay bardağı en küçüklerden)
- 1 yumurta
- Tuz
- Karabiber
- Kimyon
- Pul biber
- Bir tutam maydanoz (isteğe bağlı)
- 2 adet küp doğranmış patates
- 1 kaşık biber salçası
- 1 kaşık domates salçası

Malzemeleri (bulgurun önce yarısını) karıştırıp yoğurun. Bulguru kıvam ayarlayarak dökmeye dikkat edin. Biz tam bir çay bardağı bulguru kullanmanızı öneriyoruz. (Köfte harcının içine bir kaşık salça da ilave edebilirsiniz) Fındık büyüklüğünde yuvarlayıp hafif un serptiğimiz tepsiye alın. Bir tencerede küçük bir soğanı 2-3 kaşık yağda soteleyin. Bir kaşık biber, bir kaşık domates salçası, tuz ardından iki adet küp doğranmış patates ilave edip sıcak su ekleyin. Yaklaşık 10 dakika pişirin. Unladığınız tepsideki köfteleri tepsiyi hafif sallayarak una bulanmasını sağlayın. Köfteleri patateslerin üzerine dökün ve hafif karıştırıp kapağı kapalı, kısığa yakın orta ateşte 15 dakika kadar pişirin. En son üzerine kekik serpip ocağı kapatın. Sulu köfte yemeğinizin 10 dakika dinlenmesine izin verin.

