



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SULU KÖFTE

<https://www.haberturk.com>

350 gram orta yağlı kıyma  
3 yemek kaşığı pirinç  
2 adet orta boy patates  
2 adet havuç  
2 küçük soğan  
2 yemek kaşığı un  
1 adet yumurta sarısı  
Yarım limon suyu  
2 yemek kaşığı zeytinyağı  
Tuz  
Karabiber  
Süslemek için maydanoz

İlk olarak, kıymayı geniş bir yoğurma kabına alın. Üzerine rendelediğiniz soğanı ekleyin, ancak soğanın suyunu elinizle sıkarak çıkarmayı unutmayın. Yıkamış ve süzölmüş pirinç, tuz ve karabiberi de ekleyip, kıymayı iyice yoğurun. Karışım kıvam aldığında, küçük parçalar kopararak köfteleri elinizle yuvarlayın. Patates ve havuçları soyup, küp şeklinde doğrayın. Tencereye alın ve zeytinyağı ile hafifçe kavurun. Kavurduğunuz sebzelerin üzerine yaklaşık 1 litre su ekleyip, 5-6 dakika kaynamaya bırakın. Sebzeler hafif yumuşadığında, bir sonraki aşamaya geçebilirsiniz. Hazırladığınız köfteleri una bulayın ve kaynayan sebzeli suyun içerisine dikkatlice ekleyin. Köftelerin dağılmaması için karıştırmadan kaynamaya bırakın. Bir kasede limon suyu ve yumurta sarısını iyice çirpin. Bu karışıma, kaynayan yemekten 3-4 yemek kaşığı suyu azar azar ekleyerek ılımasını sağlayın. İliyan terbiyeyi yavaşça tencereye ilave edin ve yemeği karıştırın. Bu sayede terbiyenin kesilmesini önlemiş olursunuz. Tuzu ve ince doğranmış maydanozu ekleyip, birkaç dakika daha kısık ateşte kaynatın. Yemeğiniz servise hazır!

