



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SULU YAĞLI KÖFTE (KAHRAMANMARAŞ)

250-300 gram köftelik yağsız kıyma
1,5 su bardağı köftelik bulgur
1 adet kuru soğan
1 çay bardağı haşlanmış nohut
4-5 adet yeşil biber
3-4 adet domates
1 yemek kaşığı salça
Sadeyağ
Tuz
Kırmızı pul biber
Karabiber
Kimyon
Maydanoz

Bulgur ile kıymayı karıştırıp iyice yoğurun.

Avuç içinde fındık büyüklüğünde köfteler yapın ve parmağınızla ortalarına hafifçe bastırın.

Kuru soğanı ve yeşil biberi ince ince doğrayıp sade yağda soteleyin.

Unu ilave edip kokusu çıkana kadar kavurun.

Salçayı da aynı şekilde kavurun ve 1 litre kadar sıcak su koyup kaynayana kadar pişirin.

Önceden haşladığınız nohutları ve köfteleri tencereye ekleyin.

Tuzunu da ilave edin ve köfteler haşlanana kadar pişirmeye devam edin.

Yemeği tabaklara bölüştürüp üzerine kuru nane, pul biber ve ince kıyılmış maydanoz ekleyin. Soğutmadan servis edin.

