



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SUSAMLI HİNDİ KÖFTE

- 175 gr Banvit Hindi Göğüs Kuşbaşı (haşlanmış)
- 2 diş sarımsak (dövülmüş)
- 1 adet küçük boy zencefil (2,5 cm, rendelenmiş)
- 1 adet küçük boy yumurtanın beyazı (çirpılmış)
- 1 tatlı kaşığı mısır unu
- 25 gr antepfıstığı (tuzsuz, kavrulmuş, kabukları temizlenmiş, iri doğranmış)
- 6 çorba kaşığı susam
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Et, sarımsak, zencefil, yumurta beyazı ve mısır ununu, köfte hamuru kıvamına gelinceye kadar robottan geçirin. antepfıstığı, tuz ve karabiberi ilave edip, iyice yoğurun. Harcı 20 eşit lokmaya ayırıp, her birini avucunuzda yuvarlayın.

Yuvarlak lokmaları susama batırıp, her taraflarını bulayın.

Yayvan yağsız bir tavada zeytinyağını ısıtıp, köfteleri ekleyin. Tavayı hefiğe sallayarak, altın sarısı renk alıncaya kadar kızartıp, servis yapın.

