



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVADA KİBBE

500 gram bulgur
250 gram yağsız kıyma
1 tatlı kaşığı yenibahar
1 tatlı kaşığı sebzeli çeşni
1 adet soğan
Yeteri kadar tuz
Harcı için:
500 gram kuzu kıyması
4 çorba kaşığı zeytinyağı
3 adet kıyılmış soğan
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
2 çorba kaşığı iri kıyılmış antepfıstığı ve ceviz
1 çorba kaşığı karabiber,
Hazır sebzeli çeşni, yenibahar,
Kimyon
Tuz
Yarım demet kıyılmış maydanoz
Kızartmak için:
Sıvıyağ

Bulguru ıslatıp, 30 dakika dinlendirin. Derin bir kapta kıyma, bulgur, yenibahar, sebzeli çeşni, kıyılmış soğan ve tuzu iyice yoğurun. Harcı için kuzu kıymasını, soğanla zeytinyağında kavurun. Üzerine dolmalık fıstığı ekleyip kavurmaya devam edin. Antepfıstığı ceviz, karabiber, sebzeli çeşni, yenibahar, kimyon tuz ve maydanozu ilave edip karıştırın. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın. Bulgurlu karışımdan parçalar koparıp elinizde yuvarlayın ve parmağınızla içini oyun. Harçtan koyup kapatın. Tüm malzeme bitene dek işlemi tekrarlayın. Kızgın sıvıyağda kızartıp, kağıt havlu üzerine çıkarın. Sıcak olarak servis yapın.

