



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK KÖFTELİ ELİT SALATA

250 gr tavuk kıyma
2 diş sarımsak
1 adet kırmızı biber
1 çay kaşığı tuz
Kızartma yağı
5 adet kıvırcık yaprağı
2 adet taze soğan
3-4 dal maydanoz
Yarım limon

Kıyma, ezilmiş sarımsak, ince kıyılmış biber ve tuz yoğrulur. Harçtan misket kadar parçalar yuvarlanır ve kızartılır. Köfteler soğumaya bırakılır. Bu arada kıvırcık, soğan, maydanoz kıyılır. Köfteler eklenir, limon da konur, karıştırılır.