



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TAVUK KÖFTESİ

Malzemeler:

1 adet tavuk göğsü
1 adet soğan
2 yumurta
1 avuç maydanoz
2 yemek kaşığı sıvıyağ
tuz
karabiber,
kekik
bayat ekmek içi
1/2 bardak kadar un

Soğanı ve maydanozu önce rondoda kıyın ve geniş bir kaba alın. Daha sonra tavuk etini de rondoda iyice kıyın; onu da kaba alın. Normal köfte harcı yapar gibi 1 adet yumurtayı, bayat ekmek içini, sıvıyağı ve baharatları ekleyip iyice yoğurun. Fırın tepsisini hafifçe yağlayın. Kalan 1 yumurtayı iyice çırpın. Yayvan bir kaba unu koyun. Harçtan köfteler yapıp önce yumurtaya sonra una bulayıp tepsiye yerleştirin. Önceden ısınmış 190-200 derece fırında pişirin.

[ML® Filistin Köftesi için tıklayın](#)