



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK KÖFTESİ

600 gram tavuk eti
1 soğan
4 diş sarımsak
4 dal maydanoz
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber, kimyon, kırmızı pul biber
3 çorba kaşığı galeta unu
1 yumurta

Tavuk etini kıyma haline getirin. Derin bir yoğurma kabına alın. Üzerine galeta unu, yumurta, kıyılmış maydanoz, salça ve sarımsağı ekleyip yoğurmaya başlayın. Baharatları, rendelenmiş soğanı ve sarımsakları ekleyip iyice yoğurun. Köfte şekilleri verip buzdolabında 15 dakika kadar dinlendirin. Daha sonra ızgara olarak pişirip servis tabağına domates ve biberlerle süsleyip ikram edin.