



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK KÖFTESİ

600 gr. tavuk kıyması
3 çorba kaşığı galeta unu
1 adet yumurta
1 adet soğan
4 diş sarımsak
4 dal maydanoz
Tuz
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı tereyağı
Karabiber
Kimyon
Kırmızı pul biber

Kıyma, galeta unu, yumurta, kıyılmış maydanoz ve salçayı yoğurun. Üzerine baharatları, rendelenmiş soğan ve sarımsakları ekleyip iyice yoğurun. Köfte şekli verip buzdolabında yaklaşık 15 dakika kadar dinlendirip ızgarada pişirin.