



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK KÖFTESİ

Eyüp Sevinç

2 adet tavuk göğüs
2 adet yumurta
1 adet soğan (soyulmuş, yıkanmış)
5 dilim bayat ekmeğ
½ demet maydanoz (ayıklanmış, yıkanmış)
1 çay kaşığı yenibahar
½ çay kaşığı muskat
30 gr. galeta unu
3 yemek kaşığı sıvıyağ
½ su bardağı su
Tuz
Karabiber

Tavuğu yıkayın ve su ile bir tencerede pişirin. Tavuk göğüslerini kemiklerinden ayırın ve ince ince kıyın. Ekmeğin kenarlarını çıkartın, ıslatın ve ufalayın. Soğanı ve maydanozları ince ince kıyın. Eti, ekmeği, soğanı, maydanozu, 1 adet yumurtayı, tuzu ve baharatı iyice yoğurun. Yumurta büyüklüğünde, oval şeklinde yassı parçalar elde edin. Diğer yumurtayı başka bir kaba kırın ve çirpin. Önce galeta ununa, sonra yumurtaya, tekrar galeta ununa bulayın. Teflon tavada yağı kızdırın ve köfteleri kızartın. Hazırladığınız tavuk köftelerini baharatlı ve kabuklu patates köfteleri ile servis edin.



Fotoğraf "OlurMuOlur" tarafından gönderildi. 17.05.2022