



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK KÖFTESİ

- 1 adet soğan
- 2 adet yumurta
- 1 ay bardağı galeta unu
- 1 ay bardağı un
- 400 gram tavuk kıyması
- 2 diş sarımsak
- 1 ay kaşığı kekik, tuz, karabiber, kırmızı pul biber
- Kızartmak için:
- 1 ay bardağı sıvı yağ

Kemiksiz tavuk etini robottan geçirip kıyma haline getiriyoruz. Derin bir kaba kıymayı koyup üzerine baharatları, rendelenmiş sarımsağı, soğanı, yumurta ve galeta ununu ekleyip yoğuruyoruz ve köfte şekline getiriyoruz. Hazır olan köfteleri kızgın yağda kızartıp kürdanlara, domateslerle beraber geçirip yanında pilav ya da makarnayla ikram ediyoruz.