



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## TAVUK KÖFTESİ

8 dilim tost ekmeđi  
Yarım su bardağı süt  
500 gr tavuk kıyması  
2 çorba kaşığı un  
1 adet yumurta  
1 çay kaşığı tuz karabiber  
Yeterli miktarda sıvıyağ (Kızartmak için)

Tost ekmeklerinin yarısını ıslatıp suyunu sıkın ve bir kaba alın. Kalan 4 dilim tost ekmeğinin kabuklarını bıçakla keserek alın. Ekmekleri 1 cm'lik kareler halinde kesin. Fırın tepsisine yayın. Fırının ızgara kısmını çalıştırıp 150 dereceye ayarlayın. Isınınca tepsiyi en üst rafa koyup ekmekler pembeleşene kadar tutun. Çıkarıp soğumaya bırakın. Kıymayı ıslatılmış ekmeklerle birlikte tuz ve karabiber ilave ederek iyice karıştırıp yoğurun. Bir tabağa 2 kaşık un koyun. Bir çukur tabağın içine yumurtayı kırıp çatalla çirpin. Kıymadan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp yuvarlayın. Önce una sonra yumurtaya bulayıp kızarmış küp ekmek parçalarının üzerinde yuvarlayarak ekmek parçalarının köfteye yapışmasını sağlayın. Hepsini bu şekilde hazırlayın. Derin bir tavada bolca sıvıyağ kızdırın. Köfteleri kızgın yağa atıp kızartın. Kâğıt havlu üzerine çıkartıp sıcak servis yapın.