



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK KÖFTESİ

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

½ kg tavuk göğüs eti kıyması
2 orta boy soğan
2 dilim ekmek içi
2 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
2 yumurta
150 g tereyağı
1 kaşık un

Yağ hariç tüm gereçler hazırlandıktan sonra köfte hamuru hazırlanarak iyice yoğrulur.
Parmak gibi uzun şekil verilerek una bulanır.
Kızgın yağda kızartılır.
Köfteler unlanarak yağda kızartılır.
İstenirse tereyağı yerine sıvı yağda da kızartılabilir.
Kızarmış patates garnitürleriyle servis yapılır.

Not: Tavuk göğüs eti yerine hindi göğüs eti de kullanılabilir. Her iki et yarı yarıya karıştırılarak da kullanılabilir.
Her şekliyle tavuk köftesi gibi hazırlanarak pişirilir. İstenirse köfte harcı içerisine 2 adet ezilmiş sarımsak ilave edilebilir.



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 01.08.2022