



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU BULGURLU KÖFTE

1/2 kg. tavuk kıyması
1/2 kg. köftelik bulgur
2 adet patates
2 adet soğan
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı zeytinyağı
Tuz, karabiber, kimyon

Soğanı kavurun. Üzerine baharatları ekleyip ocaktan alın. Bulguru bir miktar su ve salçayla yoğurun. Eti ve haşlanmış patatesi ekleyip yoğurun. Bir tepsiye karışımın yarısını yayın. Üzerine cevizli soğanı ekleyin. Kalan bulgurlu karışımı top top koyun ve düzleştirin. Üzerine zeytinyağını gezdirin. 200 derecedeki fırında pişirin.