



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE BAKLA KÖFTESİ

<https://www.elele.com.tr>

400 gr taze bakla
6 taze soğan
Yarım demet maydanoz
Yarım demet kişniş
3 diş sarımsak
3 yemek kaşığı susam
1 tatlı kaşığı karabiber
1 çay kaşığı acı kırmızı toz biber
1 çay kaşığı karbonat, tuz
Kızartmak için:
Ayçiçek yağı

Baklaları temizleyip kıyın. Taze soğan, maydanoz ve kişnişi temizleyip kıyın. Sarımsakların kabuğunu soyup biraz tuz ilavesiyle havanda ezin. Susamı yapışmaz yüzeyli bir tavaya alıp hafifçe kavurun. Baklayı geniş bir kaba alıp susam hariç tüm malzemeyi üzerine ekleyip harmanlayın. Karışımı blenderle ezerek bir kaba alın ve iyice yoğurun. Yarım saat dinlendirin. Karışımın iki yemek kaşığı dolusu alıp yuvarlak köfteler hazırlayın. Köfteleri susama bulayıp yağlı kağıt üzerine dizin ve oda ısısında 20 dakika bekletin. Ayçiçek yağını tavaya alıp kızdırın. Köfteleri ekleyip kızartın. Kağıt havlu üzerine alıp fazla yağın süzün. Ilık olarak servis yapın.

