



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEPSİ ORUĞU (HATAY)

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

1.5 su bardağı ince bulgur
Yarım su bardağı irmik
1 su bardağı sıcak su
1 adet haşlanmış patates
Yarım çay bardağı un
1 adet yumurta
1 adet yumurta beyazı
1 yemek kaşığı salça
2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 çay kaşığı kimyon, tuz
İç harcı için:
250 gram kıyma
1 adet kuru soğan
1 yemek kaşığı salça
Yarım su bardağı ince doğranmış maydanoz
Yarım su bardağı ceviz içi
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Üzeri için:
1 çay bardağı zeytinyağı

Öncelikle patatesi haşlayıp, ezin. İrmik ve bulguru yoğurma kabında karıştırın. Üzerine 1 su bardağı sıcak su ilave edip karıştırın. Ağzını kapatıp bulgurları 10-15 dakika kadar kabarmaya bırakın. Kabaran bulgurlara ezdiğiniz patatesi ilave edin. Ardından un, yumurta, salça, zeytinyağı ve tuz ve baharatları ekleyip elinizle hamur kıvamına gelene dek yoğurun. Karışımı buzdolabında dinlendirin. Tepsi oruğunun iç harcı için yağı tavada kızdırıp, kıymayı kavurun. Soğanı ilave edip, kavurmaya devam edin. Son olarak salça, ceviz ve maydanozu ekleyin. Karıştırın ve ocağın altını kapatın. Tepsinizin tabanını ve kenarlarını iyice yağlayın. Bulgurlu hamurun yarısını alıp tepsinin tabanına her tarafı eşit olacak şekilde iyice yayın. Üzerine kıymalı harcı ekleyip yine aynı şekilde dengeli bir dağıtın. Son olarak kalan hamuru da kıymalı harcın üzerine yayın. Her tarafının eşit kalınlıkta olmasına dikkat edin. Köftenizi kare ya da havuç dilim baklava şeklinde dilimleyip, üzerine 1 çay bardağı zeytinyağını gezdirin. Fırını 180 dereceye ayarlayıp önceden ısıtın. Hamurun inceliğine göre 30-40 dakika kontrollü şekilde pişirin.



© lezzetler.com tarif no:177389 • adi:Tepsi Oruğu (Hatay) • gönderen:Gül • indirme tarihi:11.05.2025 - 07:23