



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERBİYELİ EKŞİLİ KÖFTE

750 gr kıyma
1 kahve fincanı pirinç
2 orta boy havuç
1 orta boy patates
Tuz
Karabiber
1 adet kuru soğan
1 adet yumurta

Ayıklanıp yıkanan pirinç kıymanın tamamı ile yoğurulur. Ufak ufak toplar haline getirilir. Derin bir tencerede kaynamakta olan 1,5 lt kadar tuz ilave edilmiş (arzuya göre) suya atılır. Soyulmuş, ayıklanmış havuç ve patates tavla zarı büyüklüğünde kesilerek küp küp kaynamakta olan suya ilave edilir. 1 baş soğan da kaynayan suya atılır. Yarım saat kadar pişirilir. Yemek pişip ılıdıktan sonra yarım limon suyu ve yumurta sarısı çırpılarak terbiye yapılır. Azar azar yemeğe ilave edilip bir taşım daha kaynatılır.

Not: Yemeğin kıvamının biraz daha koyu olması istenirse hazırladığımız ufak köfteler suya atmadan önce unlanarak suya atılmalıdır.
