



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TERBİYELİ KÖFTE

- 1/2 Kg. kıyma
- 1 limon
- 1 Orta boy soğan
- 8-10 Dal maydanoz
- 1 Çorba kaşığı un
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 2 Yumurta
- 1/2 çay kaşığı karabiber
- 1 Dilim ekmek içi

Kıymanın içine rendelenmiş soğan, ıslatılıp suyu sıkılmış ekmek içi, maydanoz, tuz ve karabiber katıp yoğurunuz. 1/2 ceviz büyüklüğünde parçalar alıp ıslak avuç arasında yuvarlayarak un serpilmiş tepsiye diziniz. Tepsiyi sağa sola hareket ettirerek hepsinin unlanmasını sağlayınız. Tencereye 3 su bardağı su koyup tuz atınız. Kaynayınca köfteleri içine salıp hafif hararetli ısıda yarım saat pişiriniz. Yumurta sarılarını limon suyu ile karıştırıp bir kahve fincanı su katınız. Yemeğin suyu ile ılıklaştırıp, yemeğe ilave edip ocaktan alınız.