



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TONUS KÖFTE (SİVAS)

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

1 kilo ete bir kilo bulgur koyarız. Daha sonra baharatlarını sırasıyla koyarız, soğanını doğrarız. Sonra yoğurma aşamasına geçilir.

Sonra ununu koyarız ve yumurtasını kırarız. Biraz daha yoğrulduktan sonra sıkma aşamasına geçilir. Küçük küçük toplar halinde sıktıktan sonra içini çanak halinde açarız.

Önceden hazırlamış olduğumuz böbrek yağını makinede çeker, tekrar sıcak suyla yoğurduktan sonra küçük küçük toplar haline getiririz.

Onları çanak yaptığımız Tonus köftesinin içine yerleştirdikten sonra kapatırız, suda haşlarız, haşladıktan 5 dakika sonra köftemiz servise hazır hale gelir.

