



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

TOP TAVUK KÖFTE

Yarım kg tavuk göğsü
3 diş sarımsak
1 adet ufak kırmızı biber
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay bardağı galeta unu

Sarımsak dövölür, biber çok çok ince kıyılır. Üzerine diğer malzemeler eklenir, bütünleşene kadara yoğrulur. Hamurdan ceviz kadar parçalar alınır ve yuvarlanır. Yağlanmış fırın tepsisine dizilir. 190 derece fırında 25 dakika pişirilir.