



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TOPALAK (KARAMAN)

Fatma Ünlüküş

Az yağ içerisinde kuşbaşı et kavrulur, su eklenerek iyice pişirilir.

Un, bulgur, karabiber, tuz ve fesleğen yeteri miktar su ile iyice yoğrulur, minik köfteler hazırlanır.

Kaynamakta olan etli suya önceden ıslanmış ve haşlanmış nohutlarla birlikte ilave edilir.

Yaklaşık 20 dakika orta ateşte pişirilir.

Tavada tereyağında ince kıyılmış soğan kavrulur, salça eklenir ve biraz daha kavrulur yemeğe ilave edilir.

Yaklaşık on dakika daha pişirilip tüketilir.

---