



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TORİK BALIK KÖFTESİ

Torik etlerinin beyaz kısımlarını ayırıp kıyma makinesinden iyice çekmelidir. Birkaç soğan entmeli ve ekmek iini de ufalayıp birlikte kıymaya katmalı. Birkaç yumurta sarısını da kırmalı. İster yalnız maydanoz veya dereotunu veyahut her ikisini de ince doğrayıp halitaya karıştırmalı. Tuz, biber, kimyon vesair baharatını da serptikten sonra, hepsini iyice yoğurmalı ve köfteleri hazırlayarak bir tabağı dizip sıralamalıdır. Diğer taraftan, sade yağla (tereyağıyle) tavada kızgın ateşte köfteleri kızartmalı. Hardalla veya turşuyla yemelidir.

Not: Lezzetli ve kokusu, tıpkı koyun köftesini andırır.
