



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

URFA KÖFTESİ

Malzeme:

500 gr. buğday yarması

1 küçük soğan

1 çorba kaşığı un

tuz

İç malzeme:

300 gr. kıyma

1 kaşık salça

tuz

kırmızı biber

1 soğan

Yapılışı:

Buğday yarması ıslatılıp 1 saat bekletilir. Tuz, dörde bölünmüş soğan konup yoğrulur. Un ilave edip yoğurmaya devam edilir. İyice kendini tutunca ceviz büyüklüğünde parçalara ayrılır. Elle yuvarlayıp parmak yardımıyla içli köfte gibi açılır. Kıymalı içi konup dikkatli şekilde kapatılır. (Köftelerin küçük olması gerekir.)

Bir tencereye 2 kaşık salça 4 kaşık yağ konup kavrulur. Su ilave edip kaynamaya bırakılır. Köfteler içine atılıp iyice pişirilir. Tenceredeki su köftenin üstüne çıkacak kadar olmalıdır. Servisi hafif sulu olması gerekir.

İçinin hazırlanması: Bir kaba kıyma, kıyılmış soğan, tuz, kırmızı biber, salça konup iyice karıştırılır. Köftenin içinde kullanılır.