



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YAĞLI KÖFTE

- 3 kase ince kısırlık bulgur
- 2 baş büyük kuru soğan
- 5 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı dolusu karabiber
- 2 çorba kaşığı biber salçası
- 2 çorba kaşığı domates salçası
- 2 tatlı kaşığı dolma baharı
- 2-3 çorba kaşığı nar ekşisi
- 3-4 çorba kaşığı tereyağı
- 4 tatlı kaşığı isot (dolu kaşık)
- 1-2 adet domates (kabuğu soyulup doğranmış)

Sarımsak ve soğanları çok ince bir şekilde kıyıp yoğurma kabına alıyoruz. Üzerine domates, baharat ve salçaları da katıyoruz elimizle mincikliyoruz. Yoğurma kabının bir kenarında da fazla olmayacak şekilde sıcak suyla bulguru ıslıyoruz. Sonra bu malzemelerle yoğurmaya başlıyoruz. Macun kıvamına gelene dek yoğuruyoruz elimizi azar azar ıslayarak (çok su katmamaya bakıyoruz.) Macun kıvamına geldikten sonrada önce yağımızı katıp iyice yoğuruyoruz ardından nar ekşisini katıp yoğuruyoruz. Elimizle şekil veriyoruz.

---